Clara Redondo
@plantitiscronica
Hogar, verde hogar
GUÍA PARA CUIDAR TUS PLANTAS DE INTERIOR
LUNWERG

Índice

Portada
Sinopsis
Portadilla
Dedicatoria
Introducción
- ¿Quieres aprender desde cero cómo cuidar tus plantas de interior?
- Me presento
- Beneficios de las plantas de interior

¿Qué debes saber antes de empezar?
- ¿De dónde salen las plantas?
- ¿Dónde comprar plantas?
- «Este sitio no le gusta a mi planta»

¡Vamos allá!
- Tipos de plantas
- Flores
- ¡Mascotas a bordo! Cuidado con las plantas tóxicas
- Planta nueva, ¡bienvenida a casa!

Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas?
- Que se haga la luz
- El arte de regar lo justo y necesario
- Limpieza y reconocimiento
- Temperatura y humedad

Cuidados esenciales: nos adentramos en la jungla
- Mimar a nuestras amigas verdes
- Propagación
- Trasplante y macetas
- Fertilización y asimilación de nutrientes
- Plagas

Hongos
Cuidados VIP (Very Important Plants)
Estaciones
Primavera. A flor de piel…
Verano. ¡Qué calor!
Otoño. ¿Bajamos las revoluciones?
Invierno. ¿Quién ha apagado la luz?
Preguntas frecuentes
¿Es bueno dormir con plantas en la habitación?
¿Mi planta se está moviendo?
¿Por qué llora mi planta?
¿Por qué mi planta tiene hojas amarillas?
¿Qué hago si a mi planta le salen cicatrices?
Plantas para…
Guía de plantas
Alocasia
Aspidistra elatior
Anturio / *Anthurium*
Begonia
Cactus / *Cactaceae*
Caladio / *Caladium*
Cóleo / *Solenostemon*
Calatea / *Calathea*
Estromante / *Stromanthe*
Ceropegia woodii
Drácena / *Dracaena*
Diefenbaquia / *Dieffenbachia*
Ficus
Helecho macho / *Nephrolepis*
Helecho plumoso / *Asparagus setaceus*
Hiedra / *Hedera*
Hoya
Maranta
Costilla de Adán / *Monstera*
Orquídea / *Orquidea phalaenopsis*

Planta mariposa / *Oxalis triangularis*
Filodendro / *Philodendron*
Pilea / *Pilea peperomioides*
Poto / *Pothos*
Sansevieria
Strelitzia
¡Gracias!
Créditos

Visita Planetadelibros.com y descubre una
nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

PlanetadeLibros

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:

SINOPSIS

Sabías que el 90% de las plantas de interior que no sobreviven es porque no las regamos bien? Ellas mismas nos mandan señales de cuándo debemos hacerlo; olvidémonos del mantra «una o dos veces a la semana» si no queremos que nuestras amigas verdes pongan sus raíces en el jardín del más allá.

Con la ayuda de Clara Redondo y sus *plantastic tips*, hasta el más principiante podrá convertir su casa en una jungla. Se acabaron las excusas, ya no vale eso de «Se me mueren hasta los cactus». Tipos de iluminación, sustratos, kits de herramientas básicas, esquejes, fertilización, solución de plagas y enfermedades… De todo esto y mucho más habla *Hogar, verde hogar*, un manual que te ayudará a descifrar el lenguaje de las plantas para que ellas y tú disfrutéis de una larga y feliz vida en común.

Incluye una guía con los cuidados específicos de más de 20 tipos de plantas.

Hogar, verde hogar

GUÍA PARA CUIDAR TUS PLANTAS DE INTERIOR

Clara Redondo
@plantitiscronica

Fotografías de Iván Castro
y Clara Redondo

LUNWERG EDITORES

A mi familia,
por darme siempre
un lugar donde
plantar mis raíces

Introducción

¿Quieres aprender desde cero cómo cuidar tus plantas de interior?

Hay dos frases que me motivaron a escribir este libro. La primera es una pregunta: «¿Cada cuánto debo regar mi planta?». Y la segunda es la respuesta que se suele encontrar en internet: «Una o dos veces por semana». Estoy segura de que cada vez que se dicen estas dos frases juntas una planta en algún lugar del mundo está a punto de poner las raíces en el jardín del más allá. Y por eso quiero contarte cómo aprendí a cuidar mis plantas y a observarlas para saber lo que necesitan.

Nadie nace con las famosas manos verdes. Es posible que tengas buena intuición, o que tus plantas sobrevivan por una mera coincidencia, como que las has puesto en un sitio que les gusta. Yo creo que las plantas se le pueden dar bien a cualquiera. Para cuidarlas solo se necesita paciencia, cariño, tener los ojos bien abiertos, las manos dispuestas a ensuciarse y ganas de aprender cosas. Olvídate del «¿Cada cuánto?» y cámbialo por dos nuevas preguntas: «¿Cuándo?» y «¿Por qué?».

Puede que seas un gran amante de las plantas y ya tengas una gran jungla de interior. Puede que te estés iniciando, quieras cuidar lo mejor posible de tus primeras amigas verdes y para ti todo esto sea un mundo nuevo. Incluso puede que seas una gran decoradora de interiores que sabe que una planta es (junto con una chimenea) el mejor detalle para transformar una casa en un hogar y quieras que tus plantas estén sanas y

bien ubicadas. Sea lo que sea que te haya traído hasta este libro, espero que disfrutes de su guía y de todas las técnicas y trucos para mejorar los cuidados de tus plantas de interior. Por ejemplo, la misma planta, en ubicaciones distintas de la misma habitación, puede requerir atenciones diferentes. Te enseñaré a detectar estas necesidades.

Pero ante todo me gustaría transmitirte lo gratificante que es la experiencia de crear un espacio para tus plantas y pararte a observarlas, a tocarlas y a analizarlas para

saber qué les pasa o qué necesitan. ¡La comunicación básica entre ellas y nosotros es más sencilla de lo que parece!

Este es un libro de consejos y cuidados, pero sobre todo quiere ser una guía para que descubras el lenguaje de las plantas y de tu entorno. Con estas nociones básicas, tu planta y tú podréis disfrutar de una larga vida juntos.

Estamos demasiado acostumbrados a ver a las plantas como parte de un catálogo de decoración, como si fueran elementos carentes de vida. En muchas ocasiones esas plantas se utilizan para embellecer una estancia sin que se tengan en cuenta las condiciones que necesitan. Quedan perfectas en su estantería o en su esquina, decorando espacios preciosos, pero en una situación negativa para ellas. En realidad, las plantas de interior están más vinculadas a sus cuidadores que a sus espacios. La importancia de nuestra presencia en sus vidas es máxima, ya que sin nosotros ellas no podrían sobrevivir en sus macetas. Este no es un libro de decoración con plantas, sino un libro sobre la vida con plantas. Porque un cactus en una estantería es un bonito amor de verano, pero con suficientes horas directas de luz al día y los cuidados necesarios puede ser la historia de un gran amor.

Tu planta puede ser un proyecto a largo plazo. Si no me crees, mira estos dos *Ficus elastica*.

Me presento

¡Buenas! Me llamo Clara Redondo y creo contenido sobre el cuidado de plantas de interior en las redes sociales.

Todo empezó cuando, tras el anuncio del estado de alarma por Covid-19, decidí darle un cambio radical a mi vida. Después de varios años trabajando me había quedado en

el paro. Reflexioné sobre mi situación profesional y me atreví a emprender otra carrera universitaria. Ya tenía un título de diseñadora de moda, pero nunca he llegado a ejercer como tal. Matricularme en Técnicas de Interacción Digital y Multimedia, volver a estudiar, y además hacerlo en tiempos de cuarentena, significaba pasar mucho más tiempo en casa, metida en un mismo espacio, y necesitaba un lugar acogedor donde todas aquellas horas se me hicieran más cortas. Así fue como las plantas llegaron a mi vida para quedarse. Mi pasión (o, como la bautizó un amigo mío, mi «plantitis crónica») fue creciendo a medida que invadían mis espacios. Me di cuenta de que las plantas aportaban algo más que belleza a una esquina de casa: su presencia aumentaba la armonía de mis habitaciones y le daba tranquilidad a mi vida.

Tenía un perfil de Instagram con mi nombre, Clara, y empecé a usarlo para buscar información, descubrir plantas nuevas y compartir mis experiencias, ya fueran acertadas o fallidas… Para mí aquello era completamente nuevo. Había empezado en el mundo de las plantas desde cero y sin referentes. Cuando me quise dar cuenta estaba metida de lleno en esta bonita afición, que no solo te conecta con las personas que disfrutan del cultivo de plantas en tu país, sino con todas las personas del mundo que lo hacen. Así fue como a principios del verano de 2020 nació @plantitiscronica, un perfil de Instagram donde me divierto, aprendo y enseño todo lo que me parece útil para cuidar de nuestras amigas verdes. Después de este perfil llegaron otros, los de Pinterest, TikTok y YouTube, ¡además de los programas en *streaming* de Twitch a los que me gusta llamar Planterapia! Pero esta terapia funciona al revés: en vez de que las plantas nos cuiden a nosotros, las cuidamos nosotros a ellas. El tratamiento consiste en que nosotros observamos sus problemas para intentar devolverles su esplendor.

Alguien me dijo, una vez ya empezado mi camino en esta verde afición, que aprender a cuidar de mis plantas era la mejor inversión del tiempo que podía hacer, porque una planta necesitará lo mismo hoy que dentro de treinta años. Aunque nunca dejemos de aprender cosas nuevas, y a mí también me quede mucho por experimentar, una cosa es cierta:

Si dedicas tiempo a aprender sobre las plantas, a lo largo de tu vida solo podrás hacerte cada vez más y más experto. Ellas nunca se actualizarán con 5G ni dejarán de tener cobertura. Con ellas nunca sufriremos la obsolescencia programada.

Beneficios de las plantas de interior

Las plantas nos aportan beneficios emocionales

Convivir con plantas en nuestros hogares no es una simple tendencia, porque los beneficios de tener plantas son reales. Cada vez se hacen más estudios sobre tener

plantas en el interior de nuestras casas, en oficinas, en colegios…, y los resultados suelen concluir que nos influye de manera inmensamente positiva, tanto a nivel físico como psicológico. Rodearnos de espacios vivos verdes nos transporta a los entornos naturales del exterior que nuestra mente relaciona con la calma, el relax, el tiempo libre y la libertad.

Durante el confinamiento se hizo patente la necesidad de transformar nuestros hogares en espacios más verdes y vivos. Fue así como se popularizó lo que muchas otras personas ya sabían desde hacía tiempo: las plantas curan por dentro, y eso se nota por fuera. Encima, ahora el autocuidado está de moda… ¡y qué gustito da! Cuidar plantas durante todos los meses de confinamiento de 2020 ayudó a muchas personas a superar sus encierros, y no solo porque saciar su curiosidad sobre los cuidados y las nuevas especies las entretuviera, sino también porque la vegetación abundante disminuye el estrés.

El estrés y la ansiedad están estrechamente relacionados con las cargas del pasado o la preocupación por el futuro, y las plantas, nunca mejor dicho, nos hacen plantar los pies en el momento presente, cosa que nos ayuda a trabajar la paciencia y la espera. A una planta no podemos meterle prisa, por más que queramos sus hojas no saldrán más rápido. Esa paciencia que requieren las plantas nos hace conectar con el presente, se traslada a nuestra manera de vivir y nos aporta calma. Nos hace ver que nos debemos tiempos y cuidados a nosotros mismos, y que un día una hoja puede perderse, pero con cariño otra saldrá, y de esa hoja caída puede quedarnos solo una bonita marca que nos haga aprender de nuestros errores.

Las plantas nos conectan con la naturaleza

Los seres humanos tenemos una amplia conexión emocional y mental con los olores: estos pueden traernos recuerdos y proporcionarnos sensación de felicidad, miedo, melancolía... Con el olor a tierra mojada (para el que existe un término específico: «petricor») estamos ligados como especie desde la época en la que vivíamos en cuevas y cavernas, ya que la molécula geosmina (la que genera este olor, provocada por ciertas bacterias) nos ayudaba a detectar agua y eso permitía nuestra supervivencia. Actualmente, a muchos de nosotros dicho olor nos genera un aumento de serotonina, llamada popularmente «la hormona de la felicidad», y por lo menos a mí me relaja instantáneamente. Pienso que se debe a nuestros instintos más ancestrales.

Además, las personas estamos emocionalmente conectadas a los colores. La serenidad que inunda una habitación con plantas se debe también a razones cromáticas, puesto que los colores tienen un efecto en los sentimientos y la razón, e incluso le transmiten mensajes a nuestro subconsciente. Es sabido que el color rojo es atractivo y atrevido, y el amarillo, alegre y divertido. El color que nos ocupa, el verde, es el del crecimiento, el renacimiento, la esperanza y la naturaleza.

Aun así, para muchas personas el verde no forma parte de sus entornos interiores o incluso exteriores. Las grandes ciudades nos alejan del contacto con la naturaleza, y por lo tanto de sus beneficios incuestionables. La buena noticia es que ponerle

solución es fácil.

¿Qué hacen las plantas por nosotros?

Las plantas tienen algunos beneficios que están comprobadísimos:

- Los árboles y las plantas filtran y limpian el aire de nuestros espacios, renovándolo y purificándolo.
- Tener plantas en casa ayuda a aislar los sonidos del exterior.
- La vegetación equilibra y aumenta la humedad ambiental de nuestros espacios, cosa que beneficia a nuestra piel y a nuestra respiración.
- Cuidar plantas nos permite trabajar la concentración, la creatividad y la productividad, y así se reduce el estrés.

Además, en mi opinión, las plantas nos ayudan a gestionar nuestros éxitos y fracasos, a responsabilizarnos de forma emocionalmente sostenible y a equilibrar nuestra autoexigencia. Cuando aprendemos a cuidar de nuestras plantas, asumimos la imperfección como parte del proceso de crecimiento, ya que es parte de la naturaleza de una planta tener desperfectos. Gracias a las plantas, nos evadimos de la rutina, conectando con algo real que además agradece todo el tiempo que le dediquemos. Quizás hayas oído alguna vez decir a tus abuelas o abuelos que las plantas son agradecidas, pero hasta que no tienes plantas en casa no lo entiendes. La sensación de ayudar a que una planta se desarrolle genera serotonina, como he dicho antes, porque ver una hoja nueva en una planta que estamos cuidando nos aporta felicidad y mejora nuestra autoestima. ¡Da subidón!

Muchas personas hacen afirmaciones como «Las plantas me han salvado la vida», «Me han ayudado a levantar cabeza» o «Me dan paz mental». Las razones para tener plantas en casa son muchas y la lista de beneficios, mucho más larga que este apartado.

TESTIMONIOS REALES

«DESDE QUE ME CONVERTÍ EN #PLANTLOVER SOY MÁS PACIENTE Y MÁS CONSTANTE, Y ESTOY MENOS ANSIOSA. ¡ME SIENTO MEJOR CONMIGO MISMA!»

«TUVE UNA LESIÓN DE HOMBRO QUE ME DEJÓ DOS MESES EN CASA. DURANTE AQUEL TIEMPO, ME AYUDÓ MUCHO VER CÓMO MIS PLANTAS FLORECÍAN Y CRECÍAN. ME MANTENÍAN EN SINTONÍA CONMIGO MISMA Y DEJÉ DE SENTIR TANTA PREOCUPACIÓN POR EL FUTURO.»

«SOY PSICÓLOGA Y HE TRABAJADO CON JÓVENES CON DISCAPACIDAD Y DIAGNÓSTICOS DE SALUD MENTAL EN UNA GRANJA ESCUELA. CUIDÁBAMOS A LOS ANIMALES Y UNA HUERTA ECOLÓGICA. PUEDO ASEGURAR QUE, CUANDO ALGUIEN SE ENCONTRABA MUY NERVIOSO, TRABAJAR LA TIERRA LE CALMABA. BENDITA LA TIERRA Y BENDITAS NUESTRAS PLANTAS.»

«CUANDO LAS CUIDO ME CONCENTRO TANTÍSIMO QUE NO PIENSO EN NADA MÁS. ES INCREÍBLE, ¡PARECE MAGIA! AHORA LAS PLANTAS SON COMO MIS BEBÉS Y CUANDO PASO UNOS DÍAS FUERA DE CASA LAS ECHO DE MENOS.»

«A MÍ ME APORTAN PAZ. ESA SERÍA LA PALABRA.»

«DESDE EL CONFINAMIENTO, CON TODA LA INCERTIDUMBRE QUE SENTÍAMOS, MI MARIDO Y YO EMPEZAMOS A METER PLANTAS EN CASA. AHORA TENEMOS MÁS DE TREINTA Y NOS GUSTARÍA METER MÁS, PORQUE CUIDARLAS ES TERAPÉUTICO.»

«LAS PLANTAS ME HAN AYUDADO MUCHÍSIMO DESPUÉS DE UNA RUPTURA. ME HACE FELIZ CUIDARLAS Y VERLAS CRECER, ALGUNAS ECHAR FLORES. SON MI TERAPIA DE FELICIDAD, ME ARRAIGAN AL

PRESENTE.»

«CUIDAR DE MIS PLANTAS ME HA ENSEÑADO LA IMPORTANCIA DE LA PACIENCIA Y DEL CUIDADO A UNO MISMO. NO PODEMOS QUERERLO TODO DEPRISA Y CORRIENDO: PARA QUE LAS COSAS SALGAN BIEN NECESITAMOS PACIENCIA, DEDICACIÓN Y MUCHO CARIÑO.»

¿Qué debes saber antes de empezar?

¿De dónde salen las plantas?

Todas las plantas son de exterior.

Muchas de las denominadas «plantas de interior» se conocen así por las condiciones ambientales que necesitan para vivir. La mayoría son originarias de partes del mundo con climas tropicales o subtropicales donde las condiciones ambientales en el exterior se parecen a las que hay en el interior de nuestras casas.

Algunas de las plantas que cuidamos en el interior de nuestras casas proceden de selvas y junglas, donde suelen vivir en el sotobosque e incluso en los propios árboles. Y ¿cómo son las condiciones ambientales en las junglas? En estos frondosos ecosistemas, la luz entra muy filtrada, la temperatura varía pocos grados a lo largo del día y del año, y el nivel de humedad ambiental es alto. Por esta razón, en casa tenemos plantas tropicales en lugar de un abedul, por ejemplo. Si cultivásemos plantas tropicales en el exterior, muchas morirían o perderían el follaje con la llegada del invierno.

Existen muchísimas plantas de interior y todas tienen necesidades diferentes, pero la razón general por la que estas plantas viven bien dentro de nuestras casas tiene que ver con la temperatura y la luz.

Todo esto no quiere decir que no puedas experimentar y cuidar en exterior muchas de

las plantas que se venden como plantas de interior. Cuando se trata de cuidar a nuestras amigas verdes, todo depende de dónde vives y de los cuidados que les das. Las plantas son unas supervivientes natas y, si donde vives el clima no es muy extremo, ellas serán capaces de adaptarse a las condiciones ambientales. Mucha gente pone sus plantas tropicales en exterior durante la primavera y el verano, y en invierno las resguarda en el interior de su hogar.

Pero en nuestras floristerías de confianza no solo hay plantas tropicales. Algunas de las plantas que encontramos en tiendas son desérticas y prefieren los climas áridos. Este tipo de plantas no vivirán a gusto si las colocamos en una estantería, alejadas del sol. Por eso es importante saber hasta qué punto puede adaptarse una planta.

Tu planta tratará de adaptarse a tu casa y tus cuidados. Pero siempre debemos tener en cuenta la ética: ¡una planta no es un mueble!

Puede que compres una planta hermosa y frondosa y que con el paso del tiempo esté más larguirucha, menos tupida, tenga las hojas más pequeñas… Todo esto indica que la planta está intentando desarrollarse lo mejor posible en el sitio en el que la has colocado, pero que le está costando mucho esfuerzo adaptarse a estas nuevas condiciones de vida. Muchas plantas pueden tolerar durante años una situación que no las favorece y, pese a ello, estar sanas. Tanto si buscas que una planta se adapte a tu casa como si prefieres que tu hogar se adapte a ella, es importante que sepas lo que debes tener en cuenta para tomar las decisiones adecuadas.

¿Dónde comprar plantas?

Viveros, floristerías, supermercados, internet, ferias, exposiciones, centros de jardinería… Son muchos los sitios donde podemos adquirir una planta nueva para nuestro hogar. Y hoy en día, además, gracias a lo populares que se están haciendo,

tenemos a nuestro alcance una gran cantidad de especies exóticas. Con tanta variedad, es normal que a veces no sepamos dónde ir a comprar. Cada sitio tiene sus ventajas y sus desventajas. Lo importante es aprender a seleccionar una buena planta. En este apartado aprenderás a hacerlo.

Tiendas físicas

Viveros, floristerías, supermercados, ferias y exposiciones

Al seleccionar una planta en una tienda física, hay que revisar que no contenga plagas ni hongos contagiosos. Fíjate en si la planta que ha llamado tu atención tiene hojas descoloridas, manchas polvorientas blancas y amarillas o bichitos en el envés o el tallo de la planta. En este caso descártala y si quieres avisa al encargado para que la aparte de las otras plantas.

Si ves hojas rotas, alguna hoja amarilla o pequeñas lesiones mecánicas (realizadas por el viento, un animal o la manipulación), no te preocupes: no suponen un peligro para la planta. Aunque quizás no sea la más bonita, te animo a que le des una mejor vida. Seguramente nadie más va a escoger esta plantita. Si tú lo haces, te aseguro que crearás un vínculo especial con ella y la recompensa de salvarla hará que te sientas espectacular. ¡Una planta casi siempre puede recuperarse!

Espacios *online*

Tiendas de plantas online*, redes sociales, vendedores particulares*

Comprar plantas *online* es una práctica muy habitual. Hoy en día podemos comprar plantas por internet en nuestro país, en nuestro continente e incluso en la otra punta del mundo. Si lo haces, te recomiendo leer antes las opiniones de otros clientes y comprar plantas en páginas web que te den buena impresión.

Las tiendas *online* tienen su política de reclamaciones para los casos de plantas que llegan en muy mal estado. Puedes revisar en su página web cuáles son sus términos y condiciones.

¡Plantas gratis!

Intercambios

Si ya tienes alguna planta en tu casa, en redes sociales existe una comunidad increíble de personas que buscan ampliar sus junglas sin gastar dinero intercambiando sus propagaciones.

Esquejes

Sin duda, la manera más hermosa de adquirir una planta es en forma de regalo de plantas de otras personas. La propagación de una planta nos surtirá de decenas de plantitas nuevas sin necesidad de abrir la cartera. Eso sí…, ¡ojo!, no hay que cortar plantas ajenas sin permiso de sus dueños. Toda planta tiene detrás un cariño inmenso para crecer. Aunque hemos oído muchas veces que propagar no es robar, si preguntamos antes de cortar estaremos respetando el esfuerzo y el tiempo de los demás.

«Este sitio no le gusta a mi planta»

Estamos muy acostumbrados a ver en las revistas fotografías de habitaciones decoradas con plantas. Pero muchos de estos escenarios son montajes y la ubicación de las plantas que aparecen en ellos responde a razones estéticas. Te lo digo yo: mi

pasión por las plantas empezó gracias a una de estas preciosas imágenes, ¡y así fue como maté mi primera planta!

Conocer el clima del lugar en el que vives y elegir una ubicación correcta es una parte fundamental de los cuidados que requerirá tu planta. Si das con el lugar indicado, el cuidado será fácil y fluido. En cambio, si tu planta está ubicada en un sitio que no cumple sus necesidades, su cuidado se puede convertir en todo un drama y obligarte a ser más cauteloso.

Las variaciones ambientales más importantes que tener en cuenta para cuidar nuestras plantas son la intensidad de la luz que hay en nuestro hogar, la temperatura y la humedad. Por eso, conocer el clima de tu ciudad durante todo el año, así como las condiciones interiores de tu casa, te dará muchas pistas sobre qué plantas serán más fáciles de cuidar, cuáles lo serán menos y cómo usar a tu favor la ubicación que elijas para tu planta.

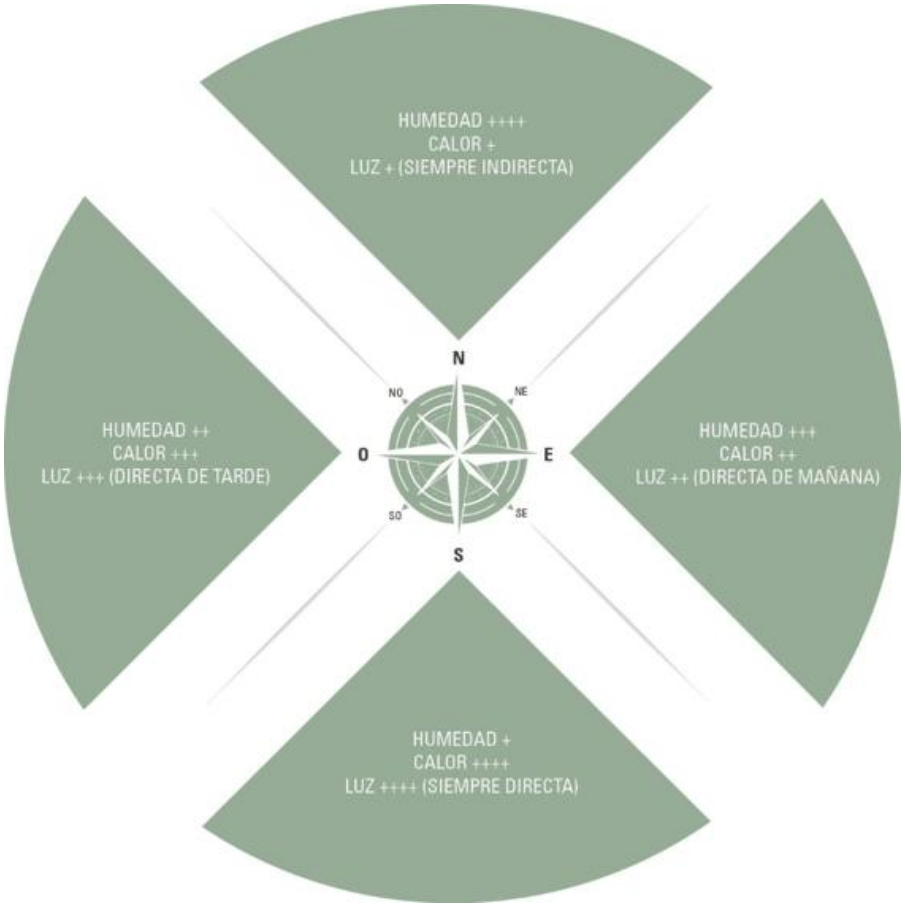
¡Ojo, no es imprescindible que las condiciones de tu casa sean perfectas! Hay maneras de modificar las condiciones del espacio donde estén nuestras plantas. Pero, si conoces las tuyas de antemano, el cuidado de tu amiga verde será mucho más sencillo.

Orientación: ¿hacia dónde miran las ventanas?

Los puntos cardinales hacia los que se orientan las ventanas pueden ayudarte a la hora de elegir el sitio ideal, ya que el comportamiento de tu planta va a variar de una orientación a otra. Por eso a veces conviene colocar plantas en sitios distintos de una habitación.

Dependiendo de los puntos cardinales hacia los que están orientadas, las ventanas tienen características diferentes. Conocer estas características te ayudará a observar cómo entra la luz a lo largo del año y a ajustar la luz que reciben tus plantas. Vamos a analizar la diferencia entre las cuatro orientaciones principales.

NORTE: Es la orientación más estable porque no sufre cambios de temperatura extremos. En esta orientación el sol no incide de forma directa. Si bien en verano es una orientación perfecta para muchas de nuestras plantas gracias a sus condiciones frescas (como los rayos de sol no son directos, hay más humedad ambiental), en invierno puede hacer que la estancia sea sombría y más fría que las otras.



¡Consejo rápido! Dependiendo de la orientación de tus habitaciones es posible que tengas que regar más o menos veces tus plantas. El riego requerido según la orientación, de más a menos, es: sur, oeste, este y norte.

SUR: Es la orientación más luminosa y extrema, con características opuestas a las de la orientación norte. Entra el sol directo más intenso durante gran parte del día, por lo que la humedad ambiental es menor y la temperatura varía mucho entre el día y la noche. En estas estancias es importante proteger a las plantas tropicales del sol directo, ya que puede quemar las hojas. La solución es sencilla: una cortina les proporcionará a tus plantas una luz filtrada muy adecuada para su crecimiento.

ESTE: Con esta orientación, la luz directa entra por nuestras ventanas por la mañana. Los primeros rayos de sol del día son amables y favorecen a las plantas, aunque es recomendable fijarse en si la orientación tiende más al norte o al sur para evitar que

las hojas se quemen debido a la intensidad del sol, especialmente en los mediodías de verano. Las temperaturas de la orientación este son similares a las de la orientación norte: un poco más elevadas por las mañanas y con una humedad media alta.

OESTE: En las estancias con orientación oeste hay luz indirecta por la mañana y sol directo durante la tarde. Son estancias luminosas, más cálidas que el norte o el este y menos extremas que el sur. La humedad es mayor que en el sur y menor que en el norte o el este. Si tenemos plantas tropicales, con esta orientación también hay que prestar atención a la incidencia del sol directo: durante la tarde es mejor que haya una cortina que las proteja.

Ubicación: ¿qué ve tu planta?

Las plantas son seres vivos con gran valor ornamental. Visten nuestras habitaciones y las llenan de vida. Pero ¿qué sucede si priorizamos la decoración sobre la funcionalidad al buscarles una ubicación? Si el lugar elegido no es adecuado para nuestra planta, es probable que no consigamos mantenerla sana. Y de esta manera es imposible que crezca y embellezca nuestro espacio.

Sé tu planta. ¿Qué ve tu planta desde su ubicación? ¿Qué verían sus hojas si tuviesen ojos en el haz? Este es un ejercicio muy útil a la hora de saber si tu planta tiene suficiente luz para crecer y si la ubicación escogida es la acertada. Si la planta ve el cielo desde sus hojas, es un maravilloso punto de partida.

Debemos encontrar un término medio entre nuestra comodidad, la decoración y las necesidades de la planta. De cada ubicación, las condiciones que debemos analizar son:

La luz

- No ubicaremos plantas en habitaciones sin ventanas.
- Cuanto más nos alejamos de la fuente de iluminación, más disminuye la cantidad de luz que recibe nuestra planta.
- Hay puntos ciegos cerca de la ventana que no les aportan la luz suficiente.
- Las estanterías y otro mobiliario proyectan sombras que dificultan la llegada de la luz a las plantas.

La temperatura y la humedad ambiental

En nuestras casas hay ubicaciones que pueden perjudicar el ambiente estable que

necesitan las plantas de interior. Por lo tanto, las alejaremos de radiadores, aires acondicionados, chimeneas y corrientes de aire.

(Para saber qué plantas se adaptan mejor a lugares con poca luz, véanse recuadro en el apartado Tipos de luz que se incluye en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas? y los recuadros que hay en Plantas para… justo antes de las fichas de las plantas.)

¡Vamos allá!

Tipos de plantas

En la mayoría de libros de plantas, la clasificación por especies se realiza en plantas con o sin flores. Pero este es un libro para los amantes de las hojas, de la belleza foliar, y no de las floraciones que de vez en cuando podremos conseguir en algunas de nuestras plantas de interior, por más espectaculares que sean estas flores. Así que la clasificación que encontrarás a continuación no es la más común.

Cuando las plantas están en su hábitat natural, algunas de ellas viven en los troncos de los árboles, otras en las grietas de las montañas y otras en las orillas de ríos o lagos. Saber cuál es la estructura de nuestras plantas de interior y conocer cómo crecen nos ayudará a descubrir las necesidades de nuestras plantas.

Según la forma

PLANTAS ARBÓREAS O ARBUSTIVAS: De mayor y menor tamaño respectivamente, se caracterizan por desarrollar un tronco leñoso cuando son maduras. Resulta habitual cuidar en interior de plantas arbóreas sin saber que lo son, por ejemplo los ficus o las *Pachiras*, que en exterior, con las condiciones ambientales adecuadas, se convierten en auténticos árboles de grandes dimensiones.

El *Anthurium andreanum* es una planta herbácea.

PLANTAS HERBÁCEAS: Una gran cantidad de especies de interior forman parte del mundo de las plantas herbáceas, que no tienen troncos leñosos y no llegan a alcanzar grandes alturas. Se caracterizan por tener tallos tiernos y pueden ser perennes (las *Calatheas* y las *Alocasias*) o temporales.

PLANTAS SUCULENTAS O CRASAS: Especializadas en almacenar agua en su interior, las suculentas también pueden ser herbáceas, arbustivas o leñosas. Pueden llegar a almacenar hasta un 90 o un 95% de agua en sus tejidos, y la mayoría de las

suculentas guardan este líquido en las hojas, por ejemplo las *Echeverias* y los *Senecios*. Pero los cactus, que también son suculentas, guardan el agua en sus tallos, a través de los cuales también hacen la fotosíntesis.

Según el crecimiento

PLANTAS BULBOSAS, RIZOMATOSAS, TUBEROSAS: Este grupo de plantas se caracteriza por tener su almacén de energía bajo tierra. Son plantas herbáceas que almacenan nutrientes en un órgano que se encuentra entre las raíces y su parte aérea. Este órgano, que puede ser un bulbo, un rizoma o una raíz o tallo tuberoso, tiene la capacidad de perder todo su follaje y rebrotar en condiciones favorables, y en muchos casos este es su único modo de división vegetativa. Por esta razón debemos prestar especial atención a la salud de este órgano intermedio si queremos preservar nuestra planta. Entre las plantas bulbosas, rizomatosas y tuberosas encontramos los *Caladiums*, las *Alocasias*, las *Stromanthes*, las *Oxalis triangularis* o las *Begonias rex*.

PLANTAS TREPADORAS, COLGANTES O RASTRERAS: Es importante saber cómo crece una planta en plena naturaleza, tener muy claro si su porte es colgante, trepador, rastrero o incluso una mezcla de dos de estos portes, como en el caso de las hoyas. Es posible incluso que en la misma especie encontremos plantas con diferentes comportamientos, como los ficus. Las podremos diferenciar porque unas generarán de forma natural raíces aéreas y mientras crezcan se moverán. Conocer la naturaleza de nuestras plantas nos ayudará a saber escoger los accesorios y macetas adecuados para ellas y a entender por qué sus hojas crecen más pequeñas o se debilitan con el paso del tiempo y su crecimiento.

La *Tradescantia zebrina* es una planta rastrera, pero en muchos hogares se cuida con porte colgante.

Es habitual que en nuestras casas seamos originales a la hora de cultivar nuestras plantas y cuidemos una planta trepadora o una planta rastrera como si fuera colgante. Los *Pothos* o los *Philodendrons* (que estamos inmensamente acostumbrados a ver en macetas colgantes) son plantas de naturaleza trepadora, pero si los plantamos en una maceta colgante pueden estar sanos durante años y sus tallos pueden llegar a alcanzar metros. Eso sí, si no respetamos su tendencia (es decir, si no los colocamos

en un tutor para que puedan trepar), sus hojas nunca alcanzarán el tamaño máximo.

Las partes de una planta: botánica para *dummies*

Es relativamente importante conocer las diferentes partes de una planta. Y digo «relativamente» porque no pasa nada si no las memorizas, pero saber identificar qué función tienen las partes de tu planta te va a ser muy útil. A lo largo del libro nos referiremos a muchas de ellas.

- **HOJA:** Órgano principal de una planta y lugar donde realiza la fotosíntesis (el proceso por el cual las plantas utilizan la luz del sol para transformarla en energía y llevar a cabo todas sus funciones vitales). Las hojas tienen un haz y un envés (que vendrían a ser el dorso y el reverso). En ellas se encuentran los estomas, órganos a través de los cuales se absorbe el CO_2 de la atmósfera.

- **TALLO:** Gracias a él las plantas se sostienen por encima del nivel del suelo. Además, es el conducto que comunica las raíces de la planta con las hojas y las flores.

- **TRONCO:** El tronco es el tallo fuerte, leñoso y macizo de los árboles y los arbustos.

- **PECIOLO:** De pequeño o gran tamaño, es el apéndice que une las hojas con el tallo.

- **VAINA:** Envuelve las hojas nuevas de algunas plantas durante su formación y las protege de las temperaturas, la falta de humedad y las plagas.

- **RAÍZ:** Anclaje de nuestra planta al suelo. Las raíces son las responsables de aportar hidratación y alimento a nuestra planta.

- **RAÍZ AÉREA:** Todas aquellas raíces que crecen fuera del suelo. Propias de plantas trepadoras o epífitas (plantas que crecen encima de otras plantas).

- **NUDO:** Situados a lo largo del tallo o tronco, allí se concentra la actividad de crecimiento. En ellos se da la intersección del tallo con las hojas, y, en algunos casos, también de las raíces aéreas y los nacimientos de nuevos tallos secundarios.

PLANTA TREPADORA

Philodendron verrucosum.

1. Hoja
2. Haz de la hoja
3. Envés de la hoja
4. Peciolo
5. Vaina
6. Tallo
7. Nudo
8. Entrenudo
9. Raíces aéreas

PLANTA BULBOSA

Alocasia Dragon Scale.

1. Hoja
2. Haz de la hoja
3. Envés de la hoja
4. Peciolo
5. Bulbo
6. Raíces

Flores

El reino de las flores va mucho más allá de las pocas especies que estamos acostumbrados a ver en nuestro día a día. Las plantas de interior nos pueden sorprender con flores de formas muy diferentes y olores nuevos…, a veces incluso no muy agradables.

Una flor es signo de que tu planta está sana y en una ubicación ideal. Si tu planta florece, has dado en el clavo, porque eso significa que es feliz. En cambio, si no florece, te recomiendo que revises su ubicación y modifiques los cuidados que le das. La ausencia de flores o crecimiento puede ser una señal de que a la planta le falta algo.

Debes saber que la floración es el momento que más energía consume en el ciclo de vida de una planta. Florecer es la manera que tienen las plantas de crecer y multiplicarse. Ponen toda su energía en ello porque es su forma de asegurarse descendencia.

Durante la floración, tienes dos opciones: puedes aportar un plus de nutrientes con la ayuda de un fertilizante específico o puedes cortar las flores. Sí, como lo oyes: está bien que elimines la nueva flor, ya que quizás prefieres que tu planta se centre en crear más hojas en vez de mantener las flores, que pueden suponer una pérdida de vigorosidad para tu amiga verde. Ambas opciones son igual de válidas. ¡Tu jungla, tus normas!

Flores de *Peperomia Bubble*.

Flor de *Alocasia cuprea*.

¡Mascotas a bordo! Cuidado con las plantas tóxicas

Hay muchas plantas que son tóxicas para los humanos, y lo mismo ocurre con nuestras

mascotas. Aunque hay una diferencia: los humanos no tenemos tendencia a meternos en los jardines de los demás para ingerir una pequeña porción de plantas tóxicas. Dicho de otra manera: ¡no se nos ocurriría merendarnos a nuestras plantas! Pero tal vez convivamos con otros seres vivos que sí pueden hacerlo. En este caso, debemos extremar los cuidados para evitar disgustos.

Si nos tocamos la piel después de esquejar o romper algunas de nuestras plantas de interior, o si las ingerimos, los síntomas pueden ir desde reacciones cutáneas hasta alteraciones gastrointestinales. Por eso es recomendable, sobre todo después de hacer esquejes, que nos lavemos las manos antes de tocarnos ojos, nariz o boca, ya que las salvias de algunas especies de plantas podrían provocarnos irritaciones.

Para nuestras mascotas la situación cambia considerablemente. Ellas son mucho más pequeñas que nosotros y menos tolerantes a la ingesta de plantas tóxicas. Antes de llevar a una nueva amiga verde a tu hogar, es importante tener en cuenta cómo será la convivencia de estas plantas con los animales que hay en tu casa. Además, debes analizar el carácter y el comportamiento de tu mascota para saber si puedes tener plantas tóxicas.

Consejos para tener plantas tóxicas o no tóxicas con mascotas

Todos estos consejos pueden ayudarte a que tus animales se acostumbren a la vida con plantas y con el tiempo puedan convivir con ellas sin perjudicarlas ni perjudicarse a sí mismos.

- **TEN PLANTAS PARA TUS ANIMALES.** Sobre todo para los gatos, que son los más traviesos, existen muchas plantas que les encantan y no son tóxicas, como por ejemplo la hierba gatera, algunas plantas aromáticas, el aloe vera… Puedes crear una jungla especialmente para tu gato a fin de que no se fije tanto en tus plantas.

- **NO LAS DEJES A SU ALCANCE.** Usa macetas colgantes o ubícalas en estanterías o vitrinas.

- **CORRIGE A TU MASCOTA.** Si en tu presencia toca las plantas, puedes llevar a cabo alguna acción correctiva para indicarle que esa planta no es un juguete ni comida.

- **USA OBSTÁCULOS O CUBREMACETAS PESADOS.** Así evitarás que escarben en los sustratos o tiren las macetas.

Si prefieres tener junglas libres de plantas tóxicas, existen muchas opciones. Las *Calatheas*, *Marantas*, suculentas, *Tradescantias* o pileas son algunas opciones *pet friendly*. En la guía de plantas que encontrarás al final del libro, puedes consultar la toxicidad de cada especie.

Si necesitas información más completa, en la página de la Sociedad Americana para la Prevención de la Crueldad hacia los Animales (ASPCA, por sus siglas en inglés) encontrarás una lista muy completa de qué plantas son tóxicas y cuáles son seguras para gatos y perros.

La página está en inglés, pero con la ayuda de un traductor podrás resolver muchas dudas.

Planta nueva, ¡bienvenida a casa!

Cuando recibo o compro una planta nueva que va a pasar a formar parte de mi jungla, siento un cosquilleo por todo el cuerpo. Y esa alegría de la bienvenida normalmente viene acompañada de muchas preguntas: ¿se adaptará? ¿Sabré cuidarla? ¿Le gustará el sitio que he reservado para ella?

Antes de adquirir una planta, lo ideal sería buscar un poco de información sobre su especie y pensar en qué ubicación la colocaremos. Aun así, no es estrictamente necesario que conozcamos absolutamente todos los cuidados que requiere antes de comprarla ni que el sitio responda perfectamente a sus necesidades. Como aprenderemos a lo largo de este libro, hay formas de adaptar nuestras plantas al sitio en el que deseamos colocarlas, porque podemos aprender con ellas cómo quieren que las cuidemos. Pero hay un momento que es común a todas las plantas. Sea cual sea la planta que acabas de adquirir, hay una serie de pasos recomendados para el ritual de bienvenida.

¿Qué debemos hacer cuando llega una planta nueva?

Hasta ahora, la planta vivía en unas condiciones ambientales distintas a las de nuestra casa y necesitará un tiempo para adaptarse a la nueva situación. Aclimatarse es un proceso delicado que puede ocasionarle estrés y provocar la caída de algunas hojas. Si

esto ocurre, no te preocupes: es normal. Para que nuestra planta se adapte lo mejor posible es aconsejable prepararla para ese proceso, analizar cuál es su estado de llegada y saber qué cosas es mejor no hacer.

LOS 6 MANDAMIENTOS PARA LAS PLANTAS NUEVAS

1. No la regaré si el sustrato está húmedo.
2. Revisaré si tiene plagas.
3. No la trasplantaré.
4. Limpiaré cada una de sus hojas.
5. No la mezclaré con otras plantas.
6. Le daré quince días para que se adapte a su nuevo hogar.

Ritual de bienvenida

1. ***Revisa la presencia de posibles plagas y limpia tu planta concienzudamente***

   Es posible que pequeños polizones se cuelen en nuestras plantas y viajen del vivero a nuestro hogar. Esta es la primera razón por la que una plaga puede aparecer en nuestra casa. Revisa tu planta para evitar que ocurra esto.

Limpia sus hojas por el haz y el envés con una bayeta de microfibra, una servilleta o papel de cocina utilizando una mezcla de agua y jabón potásico. (Véase la receta del jabón potásico Una receta para limpiar tus plantas, en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas.)

2. *Revisa el sustrato*

Limpia el sustrato de partes secas o en descomposición en la superficie si las hay. Y, sobre todo, no riegues la planta si el sustrato está húmedo. Uno de los primeros impulsos cuando nuestras plantas llegan a casa es empezar a darles cariño con un riego, porque parece que así establecemos un vínculo con ellas. Pero si la planta no necesita agua, recibirla puede provocar que la adaptación y el riego posterior sean muy estresantes para ella. Riega la planta solo si está sedienta.

3. *¿Trasplantamos?*

Otro de los primeros impulsos más típicos es cambiar la planta a una maceta más grande o más bonita nada más llegar o a los pocos días de que esté en casa. Pero en este momento tan delicado se desaconseja completamente un trasplante. Si bien es cierto que algunas especies pueden resistir un trasplante, lo recomendable es que, antes de hacerlo en el caso de que lo necesite, dejes que tu planta se adapte al nuevo espacio en su maceta original.

4. *Aislamiento y adaptación durante mínimo quince días*

Si en tu casa tienes otras plantas es recomendable no juntarlas. Puede haber plagas u hongos inactivos que aparezcan durante la adaptación. En ese caso, es preferible tratar solo a una planta, y no a toda nuestra jungla. Un pequeño margen de quince días de aislamiento de la nueva planta mantendrá al resto a salvo y te permitirá descubrir si tu nueva amiga ha venido con compañía.

¡EXTRA!

Puedes hacer un esqueje de tu planta nueva nada más llegar a casa para tener siempre un plan B en el supuesto y poco deseado caso de que a tu recién llegada no le guste nada de nada su nuevo hogar. Aun así, siguiendo estos pasos todo debería salir a la perfección y ser el inicio de una bonita relación.

Kit para principiantes

La jardinería de interior puede ir acompañada de varias herramientas que facilitarán tus tareas *plantiles*. A lo largo de mi experiencia he comprado muchas y más tarde he descubierto que no las empleaba tanto como esperaba. Como con todo, creo que con el tiempo cada persona elige sus herramientas favoritas o las que considera imprescindibles.

He seleccionado los objetos que me han acompañado estos años y que recomendaría para empezar. Hay algunas herramientas básicas que pueden pluriemplearse e incluso sustituir herramientas profesionales. Como en interior las plantas acostumbran a ser pequeñas, muchas de las herramientas de jardinería más conocidas no suelen hacernos falta. Pero el afán de mejora y de dedicación puede llevar a los *plant lovers* a descubrir y adquirir productos y accesorios maravillosos.

Mi fondo de armario *plantil*. Lo que necesitas para asegurar el mantenimiento y la supervivencia de tus plantas

Herramientas

- **NEBULIZADOR:** Perfecto para aumentar la humedad ambiental e hidratar foliarmente nuestras plantas.

- **PULVERIZADOR:** Podría cubrir los usos que le damos al nebulizador, pero suele mojar mucho más el espacio, ya que el chorro es menos disperso. A mí me gusta emplear los pulverizadores para tratamientos de hongos y plagas o para humedecer tutores (que son las estructuras donde asentamos las plantas trepadoras para que crezcan en altura).

- **MEDIDOR DE AMBIENTE:** Gracias a él podemos conocer parámetros de temperatura y humedad que son determinantes en el diagnóstico y cuidado de una planta.

- **TIJERAS:** Una o varias tijeras específicas para realizar los esquejes o la limpieza de hojas.

- **PALITO:** En la mayoría de los casos, este palito será un palillo chino reciclado y puede tener múltiples funciones. Yo lo uso para airear, comprobar el nivel de humedad de los sustratos, acomodar el sustrato entre las raíces, como pequeño tutor para plantas… ¡Los palitos son multiusos!

- **BAYETA DE MICROFIBRA:** Una bayeta especial para limpiar las hojas de nuestras plantas. Recomiendo mantenerla separada de las habituales de limpieza para nuestro hogar.

- **REGADERA:** Tengo varios tipos de regaderas, para plantas de distinto tamaño. Esto me ayuda a calcular la cantidad de agua con la que riego. Para las plantas pequeñas me gusta usar pisetas, muy comunes en los packs de herramientas para suculentas. Para plantas medianas y grandes empleo las regaderas de tamaño mediano o grande.

Sustratos

Si quieres tener el menor número de bolsas de sustrato y quedarte solo con las imprescindibles, yo elegiría la fibra de coco y la perlita. Pero si no te importa tener varias bolsas y quieres tener el kit total para sustratos *gourmet*, añadiría la corteza de pino y el humus de lombriz sin pestañear. Hablaremos más sobre este tema en el apartado de los sustratos (véase un poquito más adelante en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas?).

Productos

- **JABÓN POTÁSICO:** El jabón potásico es mi arma favorita en caso de problemas. Es biodegradable, no contamina y nos ayuda a mantener nuestras plantas limpias y a eliminar infiltrados indeseados. Profundizaremos en sus usos en el apartado de limpieza (véase en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas?).

- **FERTILIZANTE:** En el mercado encontramos una gama de fertilizantes tan amplia que podemos sentirnos confundidos a la hora de seleccionar el indicado. Cualquier fertilizante universal puede cumplir las funciones básicas para mantener alimentadas nuestras plantas, pero como dura tanto es superrecomendable comprar un fertilizante lo más completo posible. Hablaremos más de este tema en el apartado dedicado a la fertilización (véase en el capítulo Cuidados esenciales: nos adentramos en la jungla).

- **INSECTICIDAS Y FUNGICIDAS:** Escoge un producto sistémico de amplio espectro. Será tu fondo de armario en caso de urgencia.

Orden de prioridades ¿Qué necesitan las plantas?

LUZ
RIEGO
SUSTRATO
LIMPIEZA
AMBIENTE

Los cuidados de una planta son mucho más sencillos si te pones en su lugar. Las plantas pasan frío y calor. Pueden «enfermar» y necesitar un tiempo para recuperarse, pueden florecer y necesitar más nutrientes… Si respetas el orden de las necesidades que tienen tus plantas de interior, cuidarlas te parecerá cada vez más fácil. Si, por el contrario, no puedes aportarles alguna de sus necesidades básicas, en este libro te mostraré cómo simularlas y así conseguir que las plantas crezcan felices y sanas mientras tú disfrutas de su cuidado y del aspecto que le proporcionan a tu hogar.

El éxito para cuidar a tus amigas verdes es encontrar el equilibrio perfecto entre tus necesidades y las suyas.

Be your plant, my friend.

Que se haga la luz

La iluminación será tu aliada más valiosa. Ya sabemos que la fotosíntesis no sería posible sin luz, y por lo tanto las plantas la necesitan para vivir. Además, la intensidad y las horas de luz condicionan su aspecto, crecimiento y necesidades. Las variaciones en la iluminación pueden marcar la diferencia en el tamaño o el color de las hojas, así como en la frondosidad de tu planta. Una luz adecuada es muy importante para que tus plantas tengan un aspecto saludable.

Como ya hemos visto, la orientación de cada ventana tiene unas condiciones de luz diferentes, y a su vez cada planta requiere una intensidad distinta. No todas tienen las mismas necesidades y podemos usar este factor a nuestro favor para seleccionar las plantas más adecuadas para nosotros y nuestro hogar.

No es fácil determinar a ojo si nuestras plantas tienen suficiente luz para crecer sanas. En este apartado aprenderemos sobre las señales de crecimiento, los tipos de luz y la pirámide de exigencia de luz de algunas especies.

¿Cuál es la luz adecuada para cada planta?

La mayoría de las plantas que compramos para interior son plantas indicadas para semisombra. Pero… ¿qué quiere decir «semisombra»? ¿Sitios oscuros? Dentro de las plantas de semisombra, algunas se consideran plantas muy resistentes y pueden vivir en ubicaciones con muy poca iluminación, como por ejemplo las *Sansevierias*, las *Zamioculcas* o los *Pothos*. Pero, aunque puedan resistirlo casi todo, si las forzamos demasiado no estarán en sus condiciones ideales y no se desarrollarán tan bien como las plantas que tienen una mejor iluminación. Algunas de las cosas que sacrificaremos si las ubicamos en espacios sombríos son sus posibles floraciones, el colorido de las hojas y el aspecto hermoso y saludable que esperamos, puesto que poco a poco perderán su belleza.

En realidad las condiciones de la semisombra son las del espacio que estas plantas suelen habitar en plena naturaleza, es decir, bajo la sombra de los árboles, alejadas de los rayos de sol directos. Pero, en su entorno natural o en los invernaderos donde se han desarrollado, cualquiera de estas plantas recibirá mucha más luz que la que nosotros le podamos dar en los espacios «sombríos» de nuestros hogares, con la luz natural que entra por nuestras ventanas. Porque una cosa es la intensidad de luz y otra muy distinta la incidencia directa del sol.

Por eso es importante saber que las condiciones que se recomiendan como óptimas

para nuestros hogares en realidad son condiciones mínimas, y que casi todas las plantas están preparadas para una exposición generosa de luz, pero con distintas restricciones de sol directo.

Senecio rowleyanus.

Cissus discolor.

¿Cómo afecta la luz al cuidado de las plantas?

La intensidad de la luz es parecida al consumo de combustible. Las plantas están más o menos activas en función de si la cantidad de luz que reciben es adecuada o no, y por lo tanto una planta expuesta a la cantidad de luz que requiere va a consumir más y a gastar más combustible que si estuviera en un lugar sombrío. En cambio, las plantas situadas en lugares más sombríos necesitarán menos riego porque consumen mucho

menos. Es decir, la misma planta ubicada en sitios distintos con intensidades de luz distintas va a necesitar un riego distinto. Tenlo en cuenta a la hora de cuidar de tus amigas verdes.

¿Cómo se mide la luz?

Medidores

Si quieres medir la luz de una ubicación, debes saber que las unidades de medida son el lux (lumen por metro cuadrado) o la vela (en inglés, *foot candle* o FC) y que puedes emplear medidores profesionales (más exactos) o aplicaciones móviles (no son muy exactas pero aportan una referencia interesante de la intensidad de luz que hay en el espacio). Medir la luz con estos aparatos es una tarea bastante complicada, pues hay que hacer un análisis tomando medidas en diferentes momentos del día. Yo nunca he realizado este estudio, pero sí me ha servido de ayuda saber cuánta luz entraba por la ventana en las distintas horas y cómo descendía a medida que me alejaba. Como referencia, diré que casi ninguna planta podría crecer dignamente si estuviera por debajo de los 100 FC durante un largo período de tiempo.

Trucos caseros

- **EL TRUCO DE LA LECTURA:** Para saber si un espacio tiene la luz mínima o suficiente para poner una planta, pregúntate si podrías leer bien un libro sin la ayuda de iluminación artificial en esa ubicación. Si la respuesta es sí, seguro que ese lugar puede albergar alguna planta.

- **EL TRUCO DE LA HOJA:** Coloca la planta en el lugar deseado y observa, sin luz artificial, si puedes diferenciar a la perfección el dibujo y la textura de las hojas. Si la respuesta sigue siendo afirmativa, también podrás ubicar algunas plantas en ese espacio. No te recomiendo ubicar cualquier planta aquí, pero sí

las que son menos exigentes con la luz.

Tus plantas

A veces las plantas nos dan señales físicas visibles de que necesitan más o menos luz. Estas señales son seguras y no dan lugar a error. Si tu planta las muestra, plantéate hacer algún cambio. Aunque pienses que está ubicada en el sitio correcto, es posible que no tenga suficiente luz o que reciba demasiada.

¿TU PLANTA ESTÁ CAMBIANDO DE COLOR?

Una de las señales para determinar si una planta recibe demasiada o poca luz es su color. Por un lado, en el caso de que tenga demasiada luz, tu planta se estresará. Esta situación no tiene por qué afectar gravemente a su salud, pero tiene un significado: tu planta te está dando señales de que no está acostumbrada a esta situación, por lo que no tendrá un aspecto sano y natural. Detectarás un cambio en la tonalidad de las hojas de la planta que no significará lo mismo en todas ellas. Por ejemplo, en una *Monstera* una hoja muy clara significará exceso de luz, pero en un cóleo significará que no tiene suficiente. Por lo general, en el caso de que tu planta no reciba suficiente luz habrá menos contraste entre sus colores.

Callisia etiolada.

Callisia con buenas condiciones de luz.

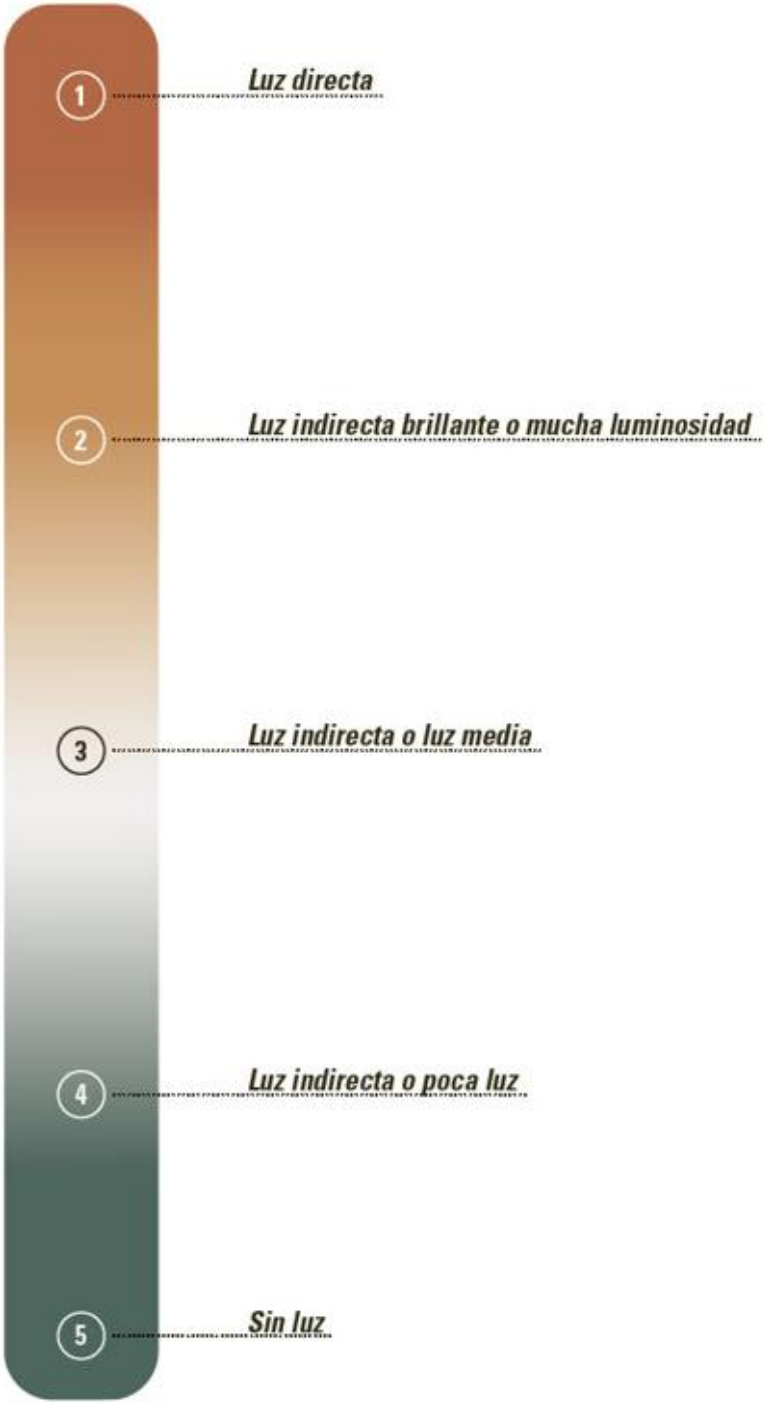
¿TUS PLANTAS ESTÁN LARGUIRUCHAS?

Las plantas que no tienen suficiente luz suelen crecer etioladas. Pero ¿qué es la

etiolación y cómo puedes identificar si le está pasando a tu planta?

Si los peciolos o los nudos en el tallo de tu planta tienen mucha distancia entre sí en comparación con otras plantas de la misma especie, es una señal de que esa planta no tiene suficiente luz. Con la etiolación, las plantas tienen un aspecto despoblado y alargado. Esto es porque intentan alcanzar la luz que necesitan desarrollando en exceso el tallo hasta alcanzar la ubicación donde la exposición es la deseada. La etiolación no tiene arreglo. Cuando una planta ha crecido así, la única manera de revertirlo es esquejarla y, una vez en la maceta, reubicarla para que comience un crecimiento más compacto.

Tipos de luz



Luz directa

La luz directa no requiere demasiada explicación. Se trata de la incidencia directa de

los rayos del sol sobre una planta. No todas las intensidades de luz directa son peligrosas para las plantas tropicales, y mientras que cactus, *Echeverias* y otras suculentas requieren de este tipo de luz directa, las plantas de interior tendrán tendencia a quemarse en las horas centrales del día, pero disfrutarán de los rayos del sol de las mañanas o los atardeceres, mucho más amables.

Luz indirecta brillante o mucha luminosidad

En esta ubicación, la planta ve el cielo azul con sus hojas. Se trata de una situación cercana a una ventana, pero sin la exposición al sol directo en las horas centrales del día, en cuyo caso deberíamos filtrar la luz con cortinas o estores. Prácticamente todas las plantas tropicales vivirían encantadas con este tipo de iluminación. Aunque la gran mayoría de plantas puede tolerar menos iluminación, la luz indirecta brillante suele ser la ubicación ideal.

Luz indirecta o luz media

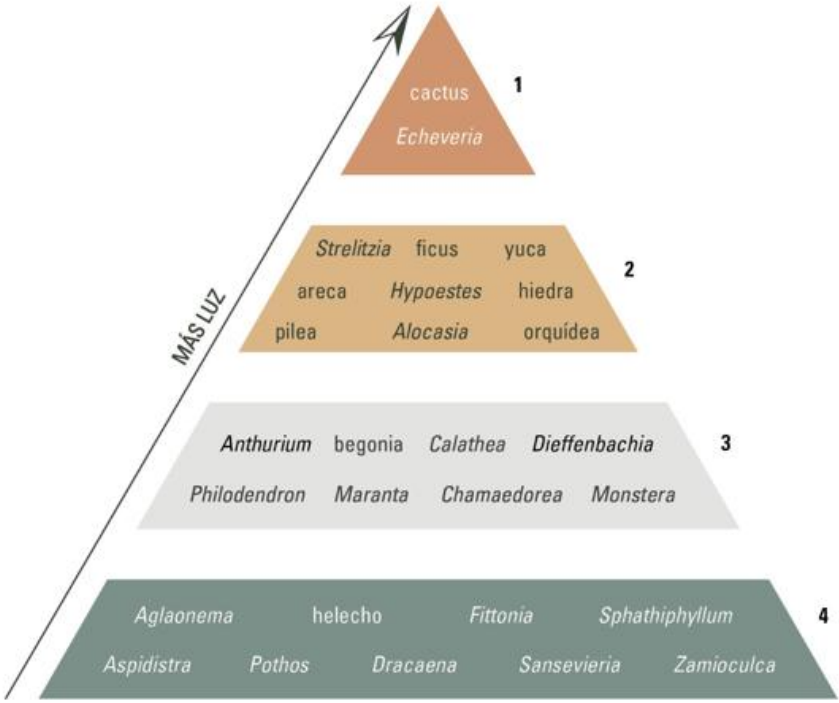
La luz indirecta o luz media, como su nombre indica, es la ubicación intermedia entre la poca luz y la luz indirecta brillante. Esta luz es la que llega a unos dos metros de una ventana de tamaño normal (dependiendo de la orientación de esta). En ella podemos ubicar a muchas de nuestras plantas tropicales y allí se desarrollarán correctamente. Esto no quiere decir que no se sientan cómodas con un poco más de luz, ya que la luz indirecta es la ubicación en la que recibirán el mínimo de la luz que necesitan.

Luz indirecta o poca luz

La poca luz es la que llega a la ubicación más alejada de una fuente de luz natural. Si la midiéramos, estaría entre 100 FC y 200 FC. Se trata de la luz mínima para mantener plantas de semisombra. Para muchas, este tipo de luz indirecta es una ubicación imposible para su desarrollo, pero para otras es un espacio digno en el que sobrevivir.

Sin luz

En esta ubicación no sobrevivirá ninguna planta a no ser que usemos medios de iluminación artificiales.



* En algunos de estos géneros existen especies más particulares que pueden sufrir una variación en sus necesidades de luz.

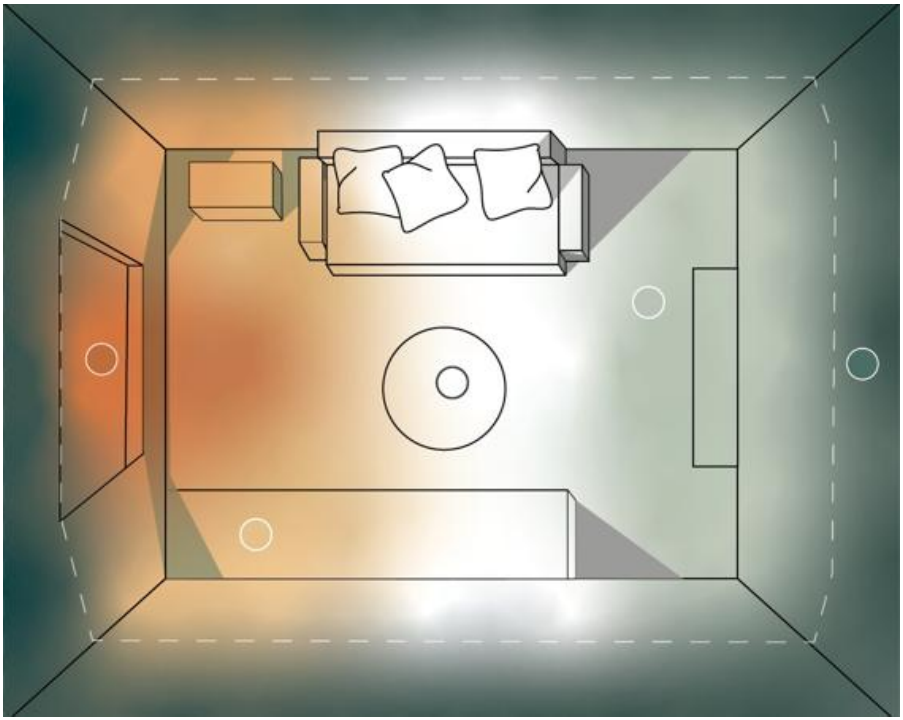
1. Luz directa
2. Luz indirecta brillante o mucha luminosidad
3. Luz indirecta o luz media
4. Luz indirecta o poca luz

¿Tu planta necesita mucha o poca luz?

¡Echa un vistazo! En esta pirámide puedes ver que no todas las plantas se adaptan igual a los diferentes tipos de luz. Aunque siempre puedes regalarte algún margen a la hora de ubicarlas, conocer sus necesidades y saber que no les estás dando la luz adecuada te ayudará a cuidarlas mejor.

La luz que entra en una habitación va perdiendo fuerza e intensidad a medida que nos alejamos de la ventana. Esta intensidad varía incluso dependiendo de la ubicación u orientación de la ventana. No es lo mismo una ventana sin obstáculos como árboles o edificios que una totalmente abierta a las vistas, aunque ambas estén orientadas al norte.

Es habitual cometer el error de colocar una planta en una ubicación solo porque nuestros ojos la ven perfectamente. Por ejemplo, detrás de un sofá, al fondo de una estantería o pegada a la pared. Pero, como ya hemos comentado, lo ideal es que desde su ubicación la planta pueda ver la ventana de la que obtendrá la energía necesaria para realizar la fotosíntesis. Si una planta está demasiado lejos de la luz, en muchos casos no morirá de forma inmediata, pero a lo largo de los meses percibiremos que ha perdido vigorosidad y que crece a un ritmo preocupantemente lento. Con el tiempo, puede llegar a morir por falta de luz.



En la imagen vemos una habitación desde un plano cenital, lo que permite analizar la altura de la habitación. Todo lo que hay encima de la línea de puntos, que se corresponde con el límite de la ventana, es una zona ciega para la mayoría de las plantas, ya que el sol incide siempre de forma inclinada y nunca iluminará por encima de ese límite.

Cada planta tiene sus necesidades. En caso de que le falte algo te lo hará saber deteniendo o ralentizando su crecimiento. ¡Solo hay que darles tiempo y observarlas!

¿Cómo puedes aumentar la luz de tu casa?

Es posible que, independientemente de la luz que entre por tus ventanas, te hayas decidido a ubicar todo tipo de plantas en el interior de tu casa y no quieras que la luz te detenga. En ese caso, existen muchas formas de potenciar la luminosidad de una habitación. Los espejos, las paredes blancas y las superficies reflectantes pueden potenciar en mayor o menor medida la luz de las estancias si los colocamos estratégicamente para que la luz que entra por nuestras ventanas rebote.

Luces de crecimiento

También podemos cultivar plantas sin necesidad de luz natural, incluso en habitaciones sin ventanas. Lo podremos hacer gracias a las luces de crecimiento, que pueden sustituir a la luz del sol si escoges las bombillas y la potencia adecuada. Las luces específicas de crecimiento se caracterizan por ser de amplio espectro, es decir, por emitir todos los colores que emitiría la luz natural del sol o por emitir algún color específico de luz (normalmente azul, rojo o ambos) que promueva la frondosidad o la floración y la fructificación. Como con la luz natural, las plantas nos indicarán si tienen la luz suficiente dependiendo de si nacen o no etioladas, y con esa referencia deberemos acercar o alejar las bombillas, o bien cambiar su potencia.

Las luces de crecimiento están muy demandadas, sobre todo para asegurar la salud de las plantas durante el invierno. Existe una amplia oferta de luces de crecimiento que podemos instalar en nuestros hogares, pero lo importante es saber usarlas

correctamente. Para ello debemos hacer que nuestras bombillas imiten el comportamiento de la luz del sol, es decir, mantenerlas encendidas entre ocho y diez horas al día como mínimo y apagarlas por la noche. ¡Las plantas también necesitan descansar! Así mismo, también podemos usarlas de apoyo y encenderlas menos horas al día si hay una fuente de luz natural.

El arte de regar lo justo y necesario

Creo que en algún momento de nuestra educación alguien se olvidó de avisarnos de que las plantas se ahogan. Yo personalmente lo aprendí a los veintiocho años con un cóleo… No podía comprender cómo una planta regada y expuesta a la maravillosa luz del sol podía tener un aspecto tan desalentador. Lo que ocurría era que la había regado demasiado.

La pudrición de raíces por exceso de riego es la primera causa de muerte de nuestras amigas verdes en nuestros hogares. ¿Por qué? Porque es habitual que, si vemos una planta en mal estado, pensemos que lo que necesita es más agua. Pero, ojo, ante la duda, ¡nunca riegues!

¿Una vez a la semana?

Para saber cuántas veces debemos regar nuestra planta a la semana o al mes, antes tendremos que saber cuál es su tamaño, en qué ubicación va a vivir, qué tamaño tendrá su maceta… No es lo mismo regar cada semana una maceta de doce centímetros que una de veintisiete, una planta con mucha luz o con poca, una planta con muchas o pocas raíces, con muchas o pocas hojas, en invierno o en verano. «Una vez a la semana» es una indicación demasiado general, y el riego entraña algún detalle que debemos tener en cuenta.

Antes de regar, trata de conocer a tu planta, porque ella te envía señales. Yo casi nunca riego una planta a no ser que perciba visualmente que lo necesita. A veces, en verano, una planta me pide que la riegue cada dos días, y la misma planta en invierno puede pedírmelo cada doce o más días. Para mí, la fórmula más inequívoca para acertar con el riego de una planta consiste en una combinación entre observar sus señales físicas y comprobar el peso de la maceta. En ausencia de riego, una planta de interior que pasa sed tardará mucho en morir. Antes de hacerlo te mostrará señales evidentes de que necesita que la riegues con urgencia y esa será la clave que deberás usar para conocer sus necesidades de riego.

¿Cuándo? Señales y métodos para comprobar la humedad del sustrato y la necesidad de riego

El peso de la maceta

Si tu planta aún no ha dado señales de necesitar que la riegues pero intuyes que deberías ir haciéndolo, revisa el peso de la maceta. El agua aumenta varias veces el peso del sustrato, que carece de humedad. Así que si coges la maceta y notas que el sustrato es muy ligero, ¡es hora de regar!

Hazle caso a tu planta

Para saber si debemos regar una planta, hay que comprobar la dureza de sus hojas. Cuando una planta tiene sed, las hojas pierden turgencia y están alicaídas, y los peciolos están tristones. Yo tengo la costumbre de tocar las hojas de mis plantas nuevas para conocer su grosor y textura. Conocer cómo es una planta cuando está sana e hidratada nos dará la respuesta que necesitamos cuando dudemos entre regar o no.

El truco del dedito o el palito

Este método se usa para determinar cuál es el estado del sustrato en la mitad inferior del cepellón (el cepellón es la tierra adherida a las raíces) y saber si sigue presentando humedad. Introducimos nuestra varilla de madera o nuestro dedo en la tierra, y si sale con restos de tierra pegados eso significa que el sustrato está húmedo y no debemos regarlo. Es como introducir un palillo o un tenedor en un pastel que todavía está dentro del horno. Si el palillo sale sucio, no hay que sacar el pastel, porque aún se está cocinando.

Medidores de riego

Si no te fías ni de tu sombra y prefieres que te indiquen si ha llegado el momento de regar, existen medidores muy útiles que facilitan esta decisión. Puedes encontrarlos luminosos, cromáticos, conectados con el móvil a través de una app… Pero ojo con estos medidores. La manera adecuada de usarlos no es fiarse a ciegas de ellos. Dependiendo del tipo de sustrato, los medidores pueden dar señales erróneas. Por eso, antes de regar debes revisar el cepellón para asegurarte de que el medidor no se equivoca. En caso de duda, yo de ti probaría todos los trucos anteriores…; no suelen fallar.

EL ORDEN DE LA REVISIÓN

1. Peso de la maceta. **2.** Turgencia de las hojas. **3.** El truco del dedito o el palito.

¿Cómo? Formas de regar

Podemos regar nuestras plantas de varias formas. La norma es que al finalizar el riego todo el sustrato debe estar húmedo de forma homogénea; así nos aseguramos de que la humedad llega a todas las raíces de la planta. Importante: siempre siempre siempre debemos drenar y escurrir el agua sobrante hasta que deje de gotear antes de devolver nuestra planta a su sitio.

Riego superior

El riego superior es el más común. Consiste en verter agua con la ayuda de una regadera u otro recipiente en la superficie del sustrato y dejar que el agua fluya a través de este hasta gotear a través de los agujeros de drenaje. Es de vital importancia que el agua llegue a drenar correctamente para evitar acumulaciones intermedias y asegurarnos de que ha llegado a toda la profundidad del sustrato.

Este tipo de riego puede tener un pequeño inconveniente que es fácil de solucionar. Cuando los sustratos no son los más adecuados, están muy secos o envejecidos, el agua que aplicamos busca conductos por los que fluir con más facilidad hasta llegar a los agujeros de drenaje. Podríamos pensar entonces que la planta ya está regada, pero si tu maceta no aumenta considerablemente de peso significa que el agua no ha sido absorbida correctamente.

Para solucionarlo, airea tu sustrato introduciendo una varilla por el perímetro de tu planta y aplica el riego de forma homogénea. Debemos evitar acumular el riego en el centro de la planta para evitar pudriciones. Las raíces se encuentran en todo el sustrato y el riego debe estar repartido de forma equilibrada para que llegue a ellas.

Riego por inmersión

Soy una fan incondicional de este método de riego que consiste en sumergir la maceta directamente en agua. Lo utilizo para todas mis plantas, pequeñas y medianas, sin distinción de especies ni de sustratos. Los resultados siempre han sido tan maravillosos que pocas veces empleo una regadera para regar mis plantas.

Si optas por este método, el tiempo que debes dejar una planta en inmersión dependerá de varios factores:

- **EL TAMAÑO DE LA MACETA:** Una planta pequeña necesitará mucho menos tiempo de inmersión que una grande.

- **EL SUSTRATO:** Una planta con el sustrato más aireado necesitará más tiempo que otra con un sustrato más compacto. Esto es así porque una planta con el sustrato bastante aireado no tiene una capilaridad alta, por lo que los materiales tardan más en absorber el agua. En cambio, un sustrato compacto actúa de forma más parecida a una esponja.

- **LA PROFUNDIDAD DEL AGUA:** Cuanto más profunda esté la planta, menos tiempo tardará en completar la absorción del agua. Si sumerges mucho una planta, todo lo que esté en contacto directo con el agua se humedecerá antes, pero si el agua debe ascender por capilaridad, tardará más en hacerlo.

Los sustratos se comportan como esponjas y absorberán el agua que necesitan durante un margen de tiempo variable. Sabrás que es hora de retirar una planta

cuando toques la superficie del sustrato y percibas cierta humedad al tacto. También te ayudará coger las macetas y comprobar que han aumentado considerablemente su peso.

Este tipo de riego asegura a la perfección la hidratación homogénea de todo el sustrato, evitando la creación de bolsas de agua o de zonas secas. Además, está especialmente indicado para plantas con sustratos muy drenantes o envejecidos, o para plantas con tendencia a tener hongos en los tallos o las hojas, por ejemplo, las violetas africanas o las begonias.

El riego por inmersión me encanta porque es muy seguro. Una vez me fui de fin de semana y me olvidé de que había dejado varias plantas sumergidas… ¡Menudo disgusto me llevé cuando volví y las vi todavía dentro del barreño! Pero cuando las cogí a toda prisa me di cuenta de que estaban intactas, perfectas. Y a posteriori no tuvieron ningún problema.

Además de la seguridad, las ventajas de este tipo de riego son que se aprovecha mucho el agua y que la hidratación dura más tiempo. El riego por inmersión permite que las cortezas, perlitas o fibras de coco de nuestros sustratos absorban más agua y tarden más en secarse.

Otros tipos de riego

MACETAS DE AUTORRIEGO

Podemos plantar nuestras amigas verdes en macetas estructuralmente preparadas para que sean ellas mismas las que vayan absorbiendo el agua que necesitan. Hay macetas de autorriego de diferentes tipos, pero las más habituales contienen un depósito con un piloto que nos indicará cuándo está vacío y, por lo tanto, es el momento de rellenarlo. También las hay equipadas con cordones que suministran humedad al sustrato por capilaridad.

PLANTAS EN LA DUCHA

¡Muchas plantas tropicales adoran las duchas! Solo hay que meterlas dentro y activar el grifo. Además de regarlas con un efecto lluvia que limpia sus hojas, en verano las ayuda a refrescarse de las altas temperaturas. También recomiendo mucho las duchas para regar y aportar humedad a los tutores de plantas trepadoras con raíces aéreas.

¿ES MALA EL AGUA DEL GRIFO PARA LAS PLANTAS DE INTERIOR?

¡Ojo! Tanto para el riego como para las duchas es importante que conozcamos la calidad del agua de nuestro grifo antes de usarla, y en el caso de que el agua de nuestra ciudad sea muy dura, debemos prepararla. El agua condiciona la salud de la planta y la propagación de esquejes, y por eso es recomendable dejarla reposar por lo menos veinticuatro horas para que disminuya la presencia de cloro y cal, que son perjudiciales para las plantas.

Otros tipos de agua que podemos emplear para regar son la de los humidificadores y, cómo no, la más amada por nuestras plantas: el agua de la lluvia.

¿Qué le pasa a mi planta? ¿Tiene sed o se está ahogando?

Cuando nos surge esta duda es porque las hojas de la planta presentan signos evidentes de que algo no va bien. Hojas arrugadas en el caso de las suculentas, y en otras especies hojas enrolladas, motitas negras y hojas con los bordes amarillos.

Lo primero que debes comprobar es el estado del sustrato de tu planta y recordar la última vez que la regaste. Es fácil confundir las señales, y solo si conoces la situación previa de la planta podrás diagnosticar qué problema tiene. Si presenta manchas en las hojas, hojas caídas o enrolladas y el sustrato está húmedo, lo más probable es que esté sufriendo un exceso de riego. Por contra, si nuestra planta presenta hojas caídas, enrolladas o con los bordes crujientes, además de alguna que otra hoja inferior amarilla, y la maceta es muy ligera, significa que la planta tiene sed. No necesariamente tienen que darse todos estos síntomas a la vez. Si solo se da uno de ellos, es el momento de tomarnos un ratito para analizar nuestra planta.

Cuando las hojas presentan manchas, muchas veces con halos amarillentos, lo más probable es que las haya provocado la pudrición de raíces. La pudrición genera una reacción microbiana o fúngica en las raíces que puede provocar la necrosis y el inicio de un hongo foliar. Pero también podemos encontrar reacciones similares que no se deben al riego. Por esta razón es importante hacer un análisis global de los cuidados de nuestra planta. Si solo te basas en lo que ven tus ojos, el exceso de riego puede ser difícil de diferenciar de otros problemas, pero si vas entrenando tu capacidad de

observación, conseguirás hacerlo.

Sistema de raíces sano en una *Ceropegia woodii*.

Sistema de raíces con signos de pudrición en un *Scindapsus*.

1. Exceso de riego.

2. Exceso de riego.

3. Exceso de riego.

4. Falta de riego y falta de humedad ambiental.

Por ejemplo, el color y la textura de las hojas hablan por sí solos. Mira las fotos 1, 2 y 3: si tocaras estas plantas concentrándote en los mensajes que te da tu sentido del

tacto, podrías percibir cierta humedad en las manchas oscuras. Por el contrario, si tocaras las hojas de foto número 4, te darías cuenta de que las hojas están secas, de que no hay apenas humedad en la zona descolorida. Pero, como decía antes, esto solo son señales que tener en cuenta, y es necesario estudiar cada caso particular para diagnosticar con éxito qué le pasa exactamente a tu amiga verde.

Otra de las partes de tu planta que puede susurrarte si está sufriendo un exceso de riego son las raíces. En el mundo de las plantas podemos encontrar raíces de muchos tipos: las hay gruesas, carnosas, filamentosas…, y, aunque morfológicamente sean distintas, su comportamiento ante la pudrición es muy similar.

Una forma de observar la salud de las raíces de una planta es sacándola con delicadeza de su maceta contenedora y observar su color, su textura y su firmeza. Una raíz sana será de color blanco (existen también plantas que tienen las raíces anaranjadas, como algunas *Sansevierias*), estará dura y no se romperá con facilidad. Por el contrario, una raíz podrida será de color negro, pardo u otros colores, estará blanda y si tiras de ella se desprenderá del sistema de raíces con mucha facilidad.

¿Qué puedo hacer ante el exceso de riego?

Recuperar una planta tras un exceso de riego puede ser difícil, pero no es imposible. Todo depende de la gravedad del asunto. Si una planta solo presenta un par de manchitas foliares, puede ser el inicio de algo grave o simplemente la pudrición de alguna raíz pequeña.

El exceso de riego, provocado en la mayor parte de los casos por la falta de drenaje, puede provocar la muerte de una planta. Regar mucho provoca la pudrición de raíces, que son las vías por las que nuestra planta se alimenta. Si las eliminamos, la planta no puede «beber» y poco a poco irá perdiendo fuerza. Es habitual que se dé en las siguientes condiciones: el sustrato no es el adecuado, la maceta es demasiado grande, la planta no tiene suficiente luz y la regamos más de lo que necesita. Una de estas opciones o varias de ellas combinadas pueden provocar que poco a poco las raíces se vayan pudriendo. Y aunque la noticia suena desalentadora, casi siempre tiene remedio.

Debemos saber que las consecuencias de un exceso de riego no suelen darse inmediatamente ni en los días posteriores (aunque esto depende de la resistencia de las raíces de cada planta). Si las raíces no consiguen consumir esa humedad en el

tiempo adecuado, irán muriendo poco a poco y después empezarás a ver manchas de hongos foliares, caída de numerosas hojas, languidez en los peciolos y otras señales en la zona superior de la planta. Hay plantas especialmente sensibles a los excesos de riego, como las begonias, las *Calatheas* o las *Alocasias*.

A lo largo de los años he tenido que lidiar con varias de estas situaciones y puede que mis experiencias sirvan para salvar a alguna que otra plantita de poner sus raíces en el jardín del más allá. No es una ciencia exacta, pero me parece importante compartir cómo he resuelto algunos de mis tropiezos con el riego de mis plantas.

En mi opinión, existen dos niveles dentro de los excesos de riego. En función de en qué nivel esté el caso que tenemos enfrente, hay diferentes acciones que podemos llevar a cabo para resolver o atajar el problema:

Nivel 1

Lo que sucede en el nivel 1 es que has regado demasiado tu planta, pero no lo suficiente para matarla. ¿El resultado? Hay hongos foliares, aunque los peciolos son firmes. La planta sigue creciendo a la vez que hay pérdida puntual de hojas. En este caso, algunas acciones recomendadas son:

- Airear el sustrato removiéndolo con una varilla y creando túneles abiertos para acelerar la evaporación de la humedad.
- Ubicar la planta en un lugar con una buena luz indirecta muy brillante.
- Retirar la maceta de plástico y dejar el cepellón al aire. Puedes ayudarte de papel absorbente para disminuir el exceso de humedad y acelerar el proceso.
- Cambiar el sustrato y no regar en los días posteriores.

Nivel 2

En el nivel 2, la planta entra en declive rápidamente y en poco tiempo pierde el 80% de su follaje y vigorosidad. Algunas acciones que podemos llevar a cabo son:

- Esquejar la planta.
- Retirar todo el sustrato y poner la planta en agua hasta recuperar la turgencia foliar.
- Cambiar el sustrato, utilizar una maceta más pequeña y ubicar en un espacio con humedad ambiental y una buena luz indirecta muy brillante. No regar.

El sustrato, mejor *gourmet*

Seleccionar un buen sustrato para nuestras plantas es todo un arte «culinario». No olvidemos que ellas se alimentan principalmente a través de sus raíces y que el sustrato es algo así como su «restaurante».

Siguiendo con la comparación gastronómica, en el mercado podemos encontrar sustratos «precocinados» indicados para diferentes tipos de plantas. Tenemos el sustrato universal, y también hay sustratos específicos para cactus y suculentas, para plantas acidófilas, para plantas carnívoras, para huerto… Pero ¿qué son exactamente los sustratos y en qué se diferencian unos de otros?

Cada bolsa de sustrato contiene una mezcla de ingredientes que podemos consultar en el dorso. Los porcentajes y los materiales varían dependiendo del tipo de planta a la que esté destinado en concreto, pero la mayoría de las mezclas tienen los mismos ingredientes básicos. ¿Son suficientes estos sustratos universales? En mi opinión, no todos lo son. En lo que se refiere al drenaje creo que algunos son muy escasos, y, como ya hemos visto en el riego, el drenaje es uno de nuestros mejores aliados para mantener nuestras plantas sanas y vigorosas.

Los sustratos son recetas que pueden adaptarse al gusto de cada una de nuestras plantas.

Las diferentes especies de plantas tienen diferentes necesidades, y los sustratos pueden diseñarse para adaptarse a la tolerancia al riego de cada una de ellas. Son varios los ingredientes que podemos emplear y muchas las combinaciones que podemos adquirir para que nuestras plantas disfruten de un suelo *gourmet*.

¿Cómo es un buen sustrato?

La respuesta corta es sencilla: un buen sustrato es el que está aireado, equilibrado y enriquecido. Pero vale la pena conocer la respuesta larga para entender por qué.

Prestar especial atención al sustrato de nuestras plantas es importante por un motivo: un buen sustrato es fundamental para cuidar la salud de las raíces de nuestras plantas. Un buen sustrato puede marcar una grandísima diferencia en el crecimiento y el desarrollo de nuestras plantas, además de prevenir problemas como el temido exceso de riego.

A la larga, mantener tu sustrato fresco, rico y joven siempre será una victoria. Es habitual que los sustratos convencionales envejezcan con el paso del tiempo, puesto que los materiales que los componen se «desgastan». Componentes como las perlitas, las cortezas y las fibras se van degradando y pierden parte de sus cualidades. Cuando esto sucede, algunos sustratos se vuelven hidrófugos y pierden su capacidad de absorción. La recomendación general para plantas pequeñas y medianas es cambiar el sustrato por lo menos cada dos años si vemos que lo necesitan. Un sustrato de calidad puede permanecer «sano» durante más tiempo si se cuida adecuadamente.

¿Qué debemos tener en cuenta para crear nuestra propia receta?

- **LAS NECESIDADES DE LA PLANTA:** Cada planta tiene unas necesidades diferentes, de forma que su suelo también deberá ser diferente dependiendo de su necesidad de riego y la sensibilidad de sus raíces, entre otras cuestiones.

- **EL CLIMA:** No es lo mismo vivir en la costa de un país, donde la humedad es más alta y las temperaturas son más templadas, que en zonas más áridas, con temperaturas más extremas y climas más secos o más fríos.

- **LOS HÁBITOS DE CUIDADO:** ¿Riegas mucho o poco?

Todas estas variables nos ayudarán a configurar la receta adecuada para cada una de nuestras plantas. Por ejemplo, si tenemos tendencia a regar demasiado o si vivimos en un sitio con mucha humedad, donde el sustrato tarda en secarse, es adecuado usar materiales que den como resultado una mezcla especialmente aireada. Por el contrario, si vivimos en un clima seco y caluroso querremos que ese sustrato mantenga la humedad durante más tiempo.

Ingredientes

Un sustrato adecuado debe mantener un equilibrio entre la retención de humedad y el drenaje ideal para cada planta. Según su comportamiento, podemos dividir los diferentes ingredientes en bases, drenantes y enriquecedores.

Bases

Son los materiales que dan consistencia y aportan humedad y cuerpo a nuestro sustrato.

FIBRA DE COCO

Fibra natural ligera con una gran capacidad de absorber y retener el agua. Está hecha de cáscaras de coco trituradas y es ideal para plantas tropicales y semilleros. La fibra de coco tiene una gran capacidad de hincharse con el riego, como si de una esponja se tratase, y gracias a ello los sustratos permanecen húmedos de manera equilibrada durante más tiempo y aguantan sin riego más que otros materiales. Otro beneficio que tiene la fibra de coco es su capacidad de aireación: gracias a su ligereza tarda más en apelmazarse y es útil durante más tiempo.

Dato eco: El nacimiento de la fibra de coco para su uso en cultivos tuvo lugar gracias a la voluntad de aprovechar los residuos de la explotación industrial de la fruta para alimentación y cosmética. No hay que olvidar que es un material compuesto por cáscaras y fibras de coco que de otro modo se desecharían. Por esta razón podría considerarse un material un poco más sostenible que otros.

Fibra de coco.

TURBA

La turba es un sustrato orgánico compuesto con grandes cualidades nutritivas y una capacidad de retención de humedad media alta. Se genera de manera natural a través de la descomposición de materia orgánica a lo largo de largos períodos de tiempo. Es muy rico en carbono, cosa que lo hace altamente nutritivo, motivo por el cual se emplea a menudo en los sustratos precocinados. En el mercado podemos encontrar turba negra o turba rubia. La diferencia entre ambas es su nivel de descomposición y de acidez, así como su capacidad de retención del agua. Cuanto más descompuesta esté la turba, más ácida será y más tiempo retendrá el agua.

En nuestro país aún se emplean de forma generalizada muchos sustratos precocinados, pero para la extracción de la turba se realiza lo que en mi opinión es un saqueo medioambiental. Las turberas son humedales con una gran importancia para el planeta en la regulación del cambio climático, y sería interesante optimizar su uso. Por eso yo intento utilizar otro tipo de sustratos y realizar así un consumo responsable a la hora de cuidar a mis amigas verdes.

Turba.

Drenantes

Los materiales drenantes son aquellos que aseguran la correcta aireación de nuestro sustrato. Evitan que los sustratos estén apelmazados, facilitando así un drenaje adecuado para el agua que ayuda a la correcta circulación de oxígeno entre las raíces de nuestras plantas.

CORTEZA DE PINO

La corteza de pino es un material orgánico que podemos utilizar como una base de nuestro sustrato en algunas situaciones, como en el caso de las orquídeas. Su capacidad de retención de agua favorece la absorción del exceso de agua en los riegos y la libera lentamente, a la vez que aporta aireación y variedad en los materiales que componen nuestro sustrato.

Dato eco: Se considera un material ecológico, ya que, como la fibra de coco, se reaprovecha, en este caso de las actividades forestales.

Corteza de pino.

PERLITA

La perlita expandida es un material cien por cien mineral que se consigue calentando este vidrio volcánico. La perlita natural tiene un alto contenido de agua que al expandirse, gracias a la evaporación, genera un material muy poroso lleno de pequeñas burbujas de aire que permiten almacenar agua a la vez que aportan mucha aireación al sustrato. Para mí, es uno de los materiales que debe estar presente en prácticamente todos los sustratos de cualquier planta, sea en mayor o menor medida, pues evita que el sustrato se compacte y hace que regar sea más seguro.

Recomendación: Si tienes que manipular grandes cantidades de perlita, usa mascarilla; el polvo volátil que desprende es tóxico.

Perlita.

VERMICULITA

La vermiculita también es un material cien por cien mineral. En este caso, está fabricado con micas, unas piedras que también se exponen a altas temperaturas para que se expandan. Se trata de un material con mayor retención de agua que la perlita y que además tiene la capacidad de retener e intercambiar los nutrientes del suelo. Es ideal para semilleros y para aportar a nuestros suelos una mayor retención de humedad sin reducir el drenaje.

Perlita.

Enriquecedores

HUMUS DE LOMBRIZ

El humus de lombriz es un abono orgánico de origen natural y ecológico cuyo uso se remonta a la civilización egipcia. De hecho, Cleopatra consideraba a las lombrices animales sagrados. El humus de lombriz tiene grandes propiedades beneficiosas para los cultivos y para nuestras plantas. Este abono mantiene nuestros sustratos vivos y activos, y mejora la estructura del suelo y su retención de agua.

El humus de lombriz se obtiene gracias a la capacidad que tienen las lombrices de descomponer materia orgánica en un tiempo récord con su sistema digestivo, generando así un material superrico que podemos emplear para enriquecer nuestros sustratos. Por eso, no te asustes si encuentras una lombriz en tu planta. Las lombrices son nuestras aliadas, ya que airean los sustratos a la vez que los enriquecen.

Humus de lombriz.

Otros materiales y sustratos

***Musgo* Sphagnum**

El musgo *Sphagnum* proviene de las turberas, que tienen una grandísima capacidad de absorción de agua. Por eso algunos tipos de musgo *Sphagnum* pueden llegar a pesar veinte veces su peso en seco. Tiene propiedades antifúngicas, lo que ayuda a evitar ataques por hongos en raíces o tallos y lo convierte en el material estrella para invernaderos y propagaciones. A mí me gusta usarlo para realizar propagaciones y para cultivar plantas en etapas tempranas, en las que hace falta mucha humedad. También lo pongo en la superficie de algunas macetas para mantener la humedad del sustrato.

Musgo *Sphagnum*.

Dato eco: Al igual que la turba, su extracción provoca un gran daño medioambiental. En su favor debo decir que se puede reutilizar infinidad de veces.

Sustratos minerales

La curiosidad del ser humano nos ha llevado a investigar nuevos métodos de cultivo. Unos de ellos son los sustratos cien por cien minerales. Se pueden mezclar con otros materiales, pero están pensados como sustrato completo de muchas plantas de interior. Suelen estar compuestos por piedra pómez, zeolita, lava y fertilizante de liberación lenta, y se suelen usar en los sistemas de autorriego. Tienen una grandísima capacidad de aireación, por lo que ayudan a evitar la pudrición de raíces y la proliferación de insectos. Los he probado con varias plantas, como las begonias, los *Philodendrons* y los *Anthuriums*, y la experiencia ha sido supersatisfactoria.

Sustrato mineral.

PLANTASTIC TIP

Si no sabes qué sustrato utilizar para tu planta, hazlo más aireado de lo recomendado. Esto evitará que ahogues a tu planta y te dará un margen de tiempo para observar sus necesidades de riego. Es mucho mejor tener un par de hojas amarillas que un puñado de raíces dañadas.

Limpieza y reconocimiento

Limpiar nuestras plantas mejora su aspecto y asegura su salud y vigorosidad. Incluyo en la limpieza de una planta la eliminación de hojas, flores y peciolos en mal estado, cuya descomposición puede provocar reacciones bacterianas o fúngicas. También lo más importante, que es la limpieza de las hojas para eliminar el polvo, la melaza, la grasa del ambiente de las cocinas…, en definitiva, la suciedad que se va acumulando en nuestros hogares.

Me gusta decir que la razón por la que debemos limpiar las hojas de nuestras plantas es la misma por la que nos limpiamos la piel del rostro: para que nuestros poros estén limpios. Para que la piel respire bien y tenga mejor aspecto y salud debemos cuidarla por dentro y por fuera, y lo mismo sucede con nuestras amigas verdes. Toda la suciedad que se genera en nuestros hogares también se acumula en las hojas de nuestras plantas, cosa que dificulta la fotosíntesis, pues disminuye la luz que reciben. Además, las limpiezas rutinarias evitarán que un día encuentres tu planta con una plaga descontrolada. En la naturaleza, las plantas se limpian con la lluvia, pero en nuestros hogares debemos hacerlo nosotros.

Yo hago dos tipos de limpieza:

Limpieza rutinaria y revisión

Se debe hacer como mínimo una vez al mes. Sirve para limpiar el polvo de nuestras plantas y revisar que no muestren señales sospechosas o pequeños polizones. Estas limpiezas pueden marcar la diferencia entre tener una plaga en una planta o dos, o tenerla en todas las plantas de tu casa. Para esta limpieza no necesitas ningún producto. Una bayeta, paño o papel mojado en agua es más que suficiente para

eliminar la suciedad acumulada. Si dispones de tiempo, mi recomendación es que hagas esta limpieza varias veces al mes.

Limpieza efectiva contra las plagas

Es la limpieza con productos insecticidas que hay que realizar en el momento en que se diagnostica un problema en nuestra planta. Las limpiezas de plagas tienen diferentes plazos que dependen del producto elegido, y puedes dejar de hacerlas cuando observes que la plaga ha remitido. Es recomendable realizar el mismo procedimiento con todas las plantas cercanas si queremos evitar una propagación de la plaga.

La limpieza de las plantas es el método preventivo por excelencia contra las plagas. Crea una rutina para mantener tus plantas limpias y programa un par de días al mes para revisarlas. Presta especial atención al envés de tus plantas, a las zonas más recogidas y a los nuevos brotes.

Evita limpiar plantas que no aceptan pulverizaciones en las hojas o tienen recubrimientos protectores

¡Ojo! Hay plantas que no debemos limpiar a no ser que sea estrictamente necesario. Muchas *Echeverias* y otras suculentas protegen sus hojas de los rayos del sol con una capa de polvillo blanco denominada «pruina». Si las limpiásemos, estaríamos eliminando su capa protectora frente a las plagas y el sol.

Hay otras plantas que por diferentes razones es mejor no pulverizar ni limpiar. Suele deberse a la tendencia a la aparición de hongos, la fragilidad de las hojas o la presencia de recubrimientos que las protegen. Si son velludas o con tendencia a tener hongos foliares también evito limpiarlas y las sacudo suavemente con un paño en seco o un pincel.

Echeveria Crispate Beauty: «¡No me limpies, que me estoy protegiendo!».

¿Con qué debemos limpiar las hojas de nuestras plantas?

En internet hay muchos artículos que nos animan a limpiar nuestras plantas con productos como cerveza, mayonesa, clara de huevo, vinagre o limón. Pero yo solo limpio mis plantas con una bayeta mojada y aplico jabón potásico de vez en cuando para mantenerlas libres de plagas y dejar sus hojas bien brillantes.

Otra cuestión es que quieras limpiarlas con un producto preventivo, insecticida o bioestimulante. Existen productos naturales que son insecticidas o que tienen características enriquecedoras y pueden ayudarnos a cuidar las hojas de nuestras plantas. Pero para mí la clave del brillo no reside en un producto, sino en la totalidad de los cuidados que recibe esa planta y en la constancia que tengas a la hora de realizar su limpieza básica. Una planta saludable en un ambiente con la humedad adecuada tendrá buen aspecto, brillo y tersura por sí misma.

¿Cómo debemos limpiar las hojas de la planta?

La mejor manera de eliminar el polvo de forma efectiva es ayudándonos de bayetas suaves, servilletas o incluso calcetines viejos que podemos usar como manoplas. La limpieza se realiza tanto por el haz como por el envés de la hoja, y en el caso de que los peciolos sean grandes también es recomendable darles una pasadita.

Plantas en la ducha

Otra manera de mantener tus plantas limpias es ducharlas. Si el agua de tu ciudad es blanda, aprovecha el día de los riegos para mojar todas sus hojas. *Calatheas, Philodendrons, Pothos, Marantas*, helechos, *Monsteras*… ¡Son muchas las especies que agradecen una ducha de vez en cuando!

Jabón contra las plagas

El uso de jabón es una práctica muy habitual para combatir las plagas de nuestras plantas y darles brillo a las hojas. Los jabones actúan por contacto, disolviendo los exoesqueletos, huevos, melazas, excrementos de otros insectos…, y son un método natural muy económico y efectivo. Podemos usar diferentes jabones que no sean el conocido jabón potásico. Lo importante es seleccionar jabones con base acuosa que no contengan disolventes, desengrasantes ni fragancias, ya que los productos químicos muy fuertes podrían poner en riesgo la salud de las hojas de nuestras plantas y quemarlas de forma irreversible.

Jabón potásico

El jabón potásico es el producto más vendido y recomendado para este cometido, y como tal existe en diferentes formatos para su uso y aplicación. Para mí, los jabones líquidos o en gel específicos para plantas son los más fáciles de manipular, ya que se diluyen mejor y están más indicados, pero en este libro hablaremos del más conocido: el jabón quitamanchas natural que encontramos en los supermercados.

UNA RECETA PARA LIMPIAR TUS PLANTAS

(Mezcla para 1 litro)

Ingredientes

Medio litro de agua caliente
Una cucharadita de jabón potásico (tamaño cuchara de postre)
Medio litro de agua fría

Deja que se disuelva bien y deja que se enfríe antes de usarlo.

¿La receta previene las plagas?

Lo que previene las plagas es limpiar las plantas, aunque sea sin jabón. Aun así,

cualquier tipo de limpieza tiene buenos resultados y si la hacemos de forma periódica podemos eliminar o controlar las plagas.

Este producto no es preventivo, sino combativo, ya que elimina las plagas que entren en contacto con la disolución, es decir, las que estén en la planta en el momento de la aplicación. La limpieza en sí, con o sin jabón, será la mejor prevención.

¿Sirve para cualquier planta?
Sí. Es un producto natural y no perjudica las plantas que tenemos en casa y que aceptan pulverizaciones. Ojo al usarlo en hojas muy debilitadas: si las hojas tienen señales de estar en mal estado es muy posible que empeoren.

¿Puedo usarlo para limpiar mis plantas de forma habitual? ¿Puede ser malo para la planta?
Úsalo, pero sin abusar. El uso excesivo de la mezcla puede debilitar la dermis de las hojas de nuestras plantas. No lo uses en días extremadamente calurosos.

¿Debo enjuagar?
Yo lo hago. Si quieres, puedes dejarlo haciendo efecto un rato. Pero pasados unos minutos a mí me gusta enjuagar la mezcla con un pulverizador para evitar que se acumule en la hoja.

¿Se puede guardar?
Sí. Es agua con jabón, no se deteriora ni pierde efectividad. Podrás reservarlo para más ocasiones.

jabón
quitamanchas
natural

Temperatura y humedad

La temperatura y la humedad ambiental son dos parámetros que no solemos tener demasiado en cuenta cuando comenzamos nuestra andadura con las plantas, y en realidad son superdeterminantes para ellas. Son estas condiciones ambientales, además de la intensidad de la luz, las que las convierten en plantas de interior.

Las hojas de nuestras plantas se parecen a la piel. Cuando nuestra piel está expuesta a las inclemencias meteorológicas, sufre. Mucho calor, falta de humedad ambiental, corrientes frías o cálidas… Nuestra piel se vería perjudicada si no la protegiésemos de todas estas condiciones ambientales, y lo mismo les ocurre a las plantas. La belleza y perfección de sus hojas está estrechamente relacionada con el clima.

A su vez, la mayoría de las veces es la variación de la temperatura la que marca la floración de una planta, la velocidad de crecimiento y el resto de sus cambios. Tanto las raíces como la planta en sí misma pueden pasar frío o calor, y esto determinará su comportamiento mientras se mantenga esta temperatura.

No todas las plantas son igual de exigentes con la humedad ambiental o con la temperatura ambiente, sino que depende de su especie. Mientras que un helecho puede estar pasando calor en verano, una hoya estará en su salsa.

Temperatura

¿Para qué nos sirve conocer la temperatura ideal de nuestras plantas? Para empezar, las plantas están ampliamente condicionadas por la temperatura del ambiente para crecer y desarrollarse adecuadamente. Cada planta o especie tiene una temperatura ideal para crecer y será en estos rangos cuando el cuidado será más exigente y nuestra planta crecerá más rápido, por lo que podemos guiarnos por las temperaturas para saber cómo van a ir reaccionando, si es el mejor momento para sembrar semillas

o si hace demasiado calor para nuestras queridas amigas verdes.

Por ejemplo, si las temperaturas bajan de la media ideal para las tropicales, que se encuentra más o menos a partir de los 15º o 16º durante el día, debemos reducir los riegos y mantener los sustratos aireados y secos durante más tiempo. En cambio, si sube de los 29º podemos decidir aumentar la humedad ambiental y retirar las plantas a un lugar más fresco para que no pasen un calor excesivo.

Puede que en nuestros hogares no tengamos siempre la temperatura constante ideal para el crecimiento de nuestras tropicales. No debemos preocuparnos por ello, solo tenerlo en cuenta para readaptar sus cuidados.

Humedad ambiental

Así como la temperatura marca la velocidad del crecimiento de nuestras plantas, podríamos decir que la humedad marca la calidad del crecimiento. Una alta humedad ambiental es necesaria para el correcto desarrollo de muchas especies, les aporta brillo y tersura, las ayuda a abrir y expandir sus hojas, a desarrollar sus raíces aéreas y a mantenerlas hidratadas. En cambio, una baja humedad ambiental puede favorecer la aparición de plagas o provocar que las hojas de nuestras plantas crezcan con imperfecciones.

En nuestros hogares, la humedad ambiental se ve condicionada por el clima donde vivimos, las corrientes de aire, la calefacción, los aires acondicionados… En verano, nuestras casas no suelen superar el 50% de humedad ambiental, mientras que las plantas en el trópico se encuentran habitualmente en torno a un 80% de humedad como mínimo.

La realidad es que difícilmente conseguiremos esta humedad constante en nuestros hogares, y además puede que no siempre sea beneficiosa. Por eso existen diferentes prácticas para aumentar la humedad ambiental localmente en la zona donde ubiquemos a nuestras amigas verdes.

Métodos para aumentar la humedad ambiental

- **PULVERIZACIONES:** Además de ser una práctica de lo más relajante, pulverizar tus plantas las refrescará e hidratará momentáneamente. En épocas secas, muchas plantas tropicales lo agradecen mucho, y, aunque su efectividad no es la más duradera, yo acostumbro a pulverizarlas casi diariamente con agua

reposada. Asegúrate de reposar el agua, porque si el agua de tu zona es muy dura podrían quedar manchas de cal en las hojas.

- **AGRUPACIÓN DE PLANTAS:** Las plantas desprenden humedad, así que si las ubicas todas juntas unas favorecerán a las otras y la humedad ambiental en esa zona será más alta que si las ubicas aisladas.

- **HUMIDIFICADORES:** Además de estar recomendados para aumentar la humedad ambiental y ayudar con los síntomas de la congestión (entre otras dolencias), los humidificadores pueden estar encendidos durante horas y aportar una bruma de humedad ambiental constante.

- **PIEDRECITAS CON AGUA EN LOS PLATOS O CUBREMACETAS DE LAS PLANTAS:** ¡Este es uno de mis favoritos! Es un método muy empleado para aumentar la humedad ambiental directamente bajo cada una de tus plantas. Solo tienes que ubicar bajo tu maceta una cama de piedras que la separe de estar en contacto con la base de la maceta y la evaporación hará el resto.

- **TARROS, VASOS O CUENCOS DECORATIVOS CON AGUA:** Tienen un efecto similar a las piedras con agua bajo nuestras plantas. Cualquier recipiente con agua ubicado cerca de las plantas aumentará la humedad ambiental localmente gracias a su evaporación.

- **CÚPULAS E INVERNADEROS:** Dentro de un compartimento transparente, la humedad ambiental es capaz de alcanzar de forma constante un nivel ideal para nuestras plantas. Es una práctica muy empleada que además aporta un aspecto muy original y decorativo.

¡Ojo! Es habitual confundir aumentar la humedad ambiental con la humedad en el sustrato, pero en realidad se trata de dos aspectos independientes que se relacionan entre sí. Una planta puede estar perfectamente regada y aun así tener una humedad ambiental tan baja que perjudique el aspecto y el crecimiento de sus hojas, o tener una humedad ambiental perfecta pero no crecer por falta de riego.

Relación entre humedad y temperatura dentro de casa

Dentro de una vivienda, la regulación de la temperatura y la humedad es diferente a la que podemos encontrar en el exterior. En nuestras casas, el aumento de la

temperatura está estrechamente relacionado con el descenso de la humedad ambiental, y si el aumento excesivo de la temperatura no va acompañado de una correcta humedad ambiental, puede perjudicar el crecimiento de nuestras plantas de interior.

Debemos tener en cuenta que cuando la humedad desciende nuestras plantas beberán más y nos pedirán riegos más a menudo. Pero una alta humedad ambiental, si no va

acompañada de las temperaturas adecuadas de crecimiento, provocará que los sustratos tarden mucho más en secarse, ya que las plantas, cuando pasan frío, están más inactivas.

Ten especial cuidado con las corrientes de aire, tanto calientes como frías, que se generan en el interior del hogar, porque resecan el ambiente, y, aunque a algunas plantas resistentes no les afecte demasiado, la mayoría prefieren ubicaciones con unas condiciones ambientales estables y lo más alejadas posible de las corrientes de aire.

Cuidados esenciales: nos adentramos en la jungla

Mimar a nuestras amigas verdes

Además de las necesidades esenciales que tienen las plantas, son varios los cuidados que debemos proporcionarles para que su crecimiento sea el adecuado. En la naturaleza el espacio para crecer no tiene límites, los nutrientes del suelo son infinitos y siempre están en el sitio que más las beneficia, por lo que no es habitual que sean

atacadas por una plaga o un hongo. Y si esto sucediese, la naturaleza no tendría que comprarse otra planta, ¿verdad?

Somos nosotros, que al modificar su medioambiente y no cuidarlas adecuadamente podemos provocar problemas a las plantas. Saber identificarlos, prevenirlos y solucionarlos nos aportará mucha calma frente a las posibles señales de auxilio que nos manden nuestras amigas verdes.

¡Esta es la parte más emocionante del libro! Aquí aprenderemos a convertirnos en pequeños jardineros, esquejando y multiplicando infinitamente nuestras plantas, entendiendo cómo alimentarlas correctamente y conociendo a sus mayores enemigos.

Propagación

Pueden ser muchas las razones que te motiven a querer propagar una planta. Quizás lo hagas para regalársela a alguien, para asegurarte de que tienes una planta B en caso de que haya un accidente con la planta A, para salvar a una planta que está en mal estado, para aumentar la frondosidad de tu planta madre, para podarla y generar más ramificaciones o para tener una planta nueva gratis. Sea cual sea la razón, la primera vez que consigues unas raíces en agua, la sensación siempre es de felicidad. ¡Estás creando un nuevo ser vivo autosuficiente con tus propias manos!

La propagación de plantas es una de las actividades más adictivas y mágicas que existen. Es como empezar un juego nuevo en el que eres el creador y vas superando niveles. Si le pillas el gusto —y lo harás—, vas a querer propagar plantas diferentes de distintas formas. Al principio siempre da miedo agarrar las tijeras, porque no sabes cómo va a reaccionar tu planta o el esqueje a partir de ese momento. Pero te aseguro que, una vez que consigues propagar una planta, querrás averiguar cómo multiplicar todo lo que tienes en casa.

No tengas miedo a cortar y propagar una planta, porque tarde o temprano saldrán hojas y tallos nuevos. ¡Empecemos a multiplicar nuestras plantas!

Hay múltiples formas de propagación. Todo depende de la metodología que queramos

emplear y de la planta que queramos multiplicar. Además, su práctica está totalmente recomendada para incentivar nuevos crecimientos en nuestras plantas, y en muchos casos a través de la poda se fortalecen los tallos o aumenta la frondosidad.

Algunas plantas agradecen que realicemos esquejes para promover ramificaciones que hagan nuestras plantas más pobladas. Por ejemplo, si no esquejamos los ficus y los cóleos a medida que crecen, muy difícilmente tendrán un aspecto frondoso. En lugar de eso, crecerán en altura en un solo tallo y tendrán escasas ramificaciones.

Es hora de hacer esquejes

Aunque puedes propagar plantas en cualquier época del año, el inicio de la primavera, gracias a la subida de las temperaturas y al aumento de las horas de luz, es la época perfecta para iniciarte con los esquejes. En otras épocas del año también se puede hacer, pero crecerán un poco más lentos. Todos los esquejes que hagas provocarán que tu planta genere nuevos crecimientos y sea más frondosa, por lo que no debes tener miedo a usar las tijeras.

La práctica de propagar no se reduce a cortar nuestra planta y esperar a que saque raíces. El éxito de la propagación está en conseguir que el esqueje se convierta en una planta nueva. Para saber propagar debemos conocer la morfología de la planta y saber qué partes se pueden multiplicar y cuáles no. Como ya hemos visto, existen plantas suculentas, rizomatosas, bulbosas, de tallo…, y cada una se propaga a su manera.

Plantastic tip

¡Manos a las tijeras!

Las posibilidades de éxito de una propagación dependerán de la salud y la fortaleza del esqueje que escojamos. Si elegimos una parte débil de la planta, las posibilidades de que aparezcan las raíces son menores y si no lo hacen no será porque lo hayamos hecho mal, sino porque la planta no es capaz de desarrollarlas. ¡No te cortes y haz más de un esqueje para aumentar las posibilidades!

¿CÓMO HACER UN ESQUEJE?

1. Selecciona tu herramienta de corte y desinféctala con alcohol. No desinfectar las herramientas puede contagiar nuestras plantas con bacterias y hongos.
2. Selecciona una porción del tallo que contenga de uno a tres nudos. Es preferible que contenga más de uno.
3. Corta a una distancia equidistante entre los dos nudos. Realiza el corte con una inclinación de 45 grados, porque esto facilitará su cicatrización.
4. Elimina las hojas que quedarán por debajo del nivel del agua o el medio que escojas para propagar. Suelen pudrirse.
5. Ahora, ¡a esperar! Pon tus esquejes en una ubicación con buena iluminación indirecta y asegúrate de que nunca pierden la humedad o se quedan sin agua.

No realices esquejes excesivamente largos o frondosos. Un esqueje debe concentrarse en producir nuevas raíces, y si hay un exceso de órganos que mantener pueden dificultarle la tarea. En algunos casos, incluso es habitual cortar el nuevo crecimiento de los esquejes apicales (es decir, los esquejes obtenidos a partir de la parte superior del tallo de la planta).

PLANTASTIC TIP

En el mercado puedes encontrar varios productos que te facilitarán la tarea de

propagar tus plantas. Por ejemplo, los enraizantes son productos que aumentan las probabilidades de éxito y la cantidad de raíces, y el azufre micronizado o el cobre te ayudarán a cicatrizar los cortes de las plantas con tallos gruesos con tendencia a pudrirse.

Propagación por hoja en un recipiente hermético con musgo de *Peperomia* Bubble.

Métodos de propagación

Esqueje de tallo

Este método de propagación es el más habitual y se caracteriza por realizar la división de la planta a través del corte de una porción de esta. Se realiza con muchas plantas, como la *Tradescantia*, la *Monstera* o el *Philodendron*. Dependiendo de la facilidad que

tenga la planta para desarrollar raíces, podremos plantar directamente los tallos en el sustrato o antes deberemos cuidarlos en un material de paso, como el agua, el musgo o la perlita.

Esqueje de hoja

Muchas plantas carecen de tallos o, aunque los tengan, son capaces de propagarse por hoja. Es decir, si una hoja se rompiese en la naturaleza, ella solita se las ingeniaría para seguir viva y formar otra planta. Es importante saber qué plantas tienen esta capacidad y cómo debemos manipular sus hojas para hacer el esqueje. Plantas como la *Begonia rex*, la *Peperomia*, la *Zamioculca*, la *Sansevieria*, las violetas africanas o muchas suculentas tienen la capacidad de propagarse por hoja.

En mi opinión, la propagación por hoja es de las más fascinantes, ya que no se trata de generar nuevos tallos a partir de trozos de una planta, sino de generar plantas nuevas a partir de una hoja. También por eso en algunos casos este tipo de propagación es complicada, y dependiendo de la planta hay tres tipos de propagación:

- **HOJAS CON PECIOLO:** Hay que cortar la hoja conservando su peciolo. Es el caso de plantas como la violeta africana, la *Peperomia* o la *Begonia rex*.

- **HOJAS ENTERAS:** Se utiliza para suculentas que carecen de peciolos, como las *Sansevierias* o las *Echeverias*.

- **SECCIONES DE HOJA:** Método mediante el cual las hojas pueden dividirse en diferentes pedazos. Habitualmente empleado para propagar algunas begonias, *Peperomias* o *Sansevierias*.

Separación de mata o bulbos

Si una planta crece brotando en diferentes grupitos de hojas desde el sustrato, podemos emplear la división de mata para multiplicarla. Este método de propagación es el habitual en plantas herbáceas rizomatosas, tuberosas y bulbosas, pues los peciolos y las hojas emergen directamente del suelo y carecen de tallos con nudos…, aunque con cualquier planta que saques del sustrato para dividirla en otras estarás realizando una separación de matas.

Las plantas más conocidas que se pueden propagar así son las *Alocasias*, las *Calatheas*, los helechos y las *Stromanthes*, pero hay que separar las matas para esquejar cualquier planta que se caracterice por este tipo de crecimiento dividido en agrupaciones de hojas.

La separación de la mata no entraña muchas dificultades, ya que la planta ya crece con las raíces divididas. El único detalle que tener en cuenta será la maceta que seleccionemos para plantar nuestra nueva mata. Además, la planta madre también puede necesitar una maceta más pequeña. En todo caso, no debemos trasplantarla a una maceta más grande en el momento de la división para no correr el riesgo de ahogarla durante la adaptación.

Medios de propagación

Al principio recomiendo empezar a propagar en agua. Con el tiempo, cuando vayas adquiriendo experiencia y conociendo más las condiciones ambientales de tu casa y el funcionamiento de tus plantas en ellas, te atreverás a probar nuevas formas de propagación que a veces son más rápidas o están mejor indicadas para según qué plantas.

Agua

No hay nada que le guste más a una persona propagadora de plantas que coleccionar cientos de tarros para colocar todos sus esquejes. ¿Sabías que los tarros de colores oscuros, como el verde o el marrón, evitan la proliferación de algas? El verdín que a veces aparece en los esquejes no suele ser perjudicial para tu planta, pero desde luego significa que quizás te has olvidado de cambiar el agua de tu esqueje más tiempo del que deberías.

El mantenimiento de los esquejes en agua es muy sencillo:

- Ubica el tarro lejos de la exposición directa del sol, pero en un sitio con luz indirecta.
- Cambia el agua cada semana para evitar la pudrición de tallos o raíces.
- Es preferible que el esqueje no roce ni esté en contacto con las paredes del cristal. Este detalle es de *plant* mami protectora, pero lo recomiendo porque habitualmente mantiene las raíces con mejor salud.

Musgo

En el apartado El sustrato, mejor *gourmet*, en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas?, hemos aprendido todas las características increíbles que posee el musgo. Pues le sumamos una: es el material más seguro para hacer esquejes, sobre todo en el caso de plantas complicadas. La capacidad de mantener una humedad constante sin empapar las raíces y su gran aireación permiten que los esquejes se desarrollen de maravilla. Para usarlo en tus esquejes, asegúrate de mojarlo hasta que sus fibras estén saturadas de agua y después escúrrelo al máximo. Tras el corte o extracción, puedes envolver los tallos o los bulbos en musgo y ponerlos directamente en una maceta plástica pequeña. Otra opción es hacer una cama o base de musgo en un recipiente, ubicar los tallos de tus plantas y cubrir la parte deseada de tu planta también con musgo húmedo.

Arlita, perlita o lechuza

También podemos plantar nuestros esquejes en medios minerales como la arlita, la perlita o las macetas lechuza para que sus raíces proliferen (véase foto a continuación). Uno de los puntos fuertes de este método de propagación es la aireación del medio. Nuestros esquejes obtendrán agua gracias a la capilaridad de estos materiales y su capacidad de absorción, que permite que la humedad ascienda por toda la altura del recipiente.

¿Cómo propagar con sustratos minerales en un tarro cilíndrico?

1. Coloca una base del material que escojas. Debe cubrir dos o tres partes de cinco del tarro (2/5 o 3/5).
2. Ubica tu propagación y cúbrela con más material hasta llegar arriba del todo del recipiente. Asegúrate de dejar el ápice del esqueje a la vista.
3. Llena un quinto de tu recipiente (1/5) con agua reposada.
4. Rellénalo cada vez que percibas que el agua está a punto de evaporarse del todo.

Es hora de pasar los esquejes a tierra

Para pasar los esquejes a tierra, sigue estos pasos:

1. Selecciona un esqueje sano con un buen sistema de raíces.
2. Elimina las hojas y raíces en mal estado con unas tijeras desinfectadas.
3. Escoge el sustrato y el tamaño de maceta adecuados para cada planta.

Cuando nuestros esquejes tengan una buena concentración de raíces o bien las raíces tengan tres dedos de longitud, podremos plantearnos pasarlos a sustrato. Es posible que con menos longitud ya puedan crecer en tierra, pero es mejor que vayamos arriesgando poco a poco…, ¡no tenemos prisa! Olvidémonos de cuánto tiempo tardan y fijémonos únicamente en el aspecto y la salud de las raíces de nuestros esquejes.

Para pasarlos a una maceta debemos escoger una maceta guardería de prueba que sea de un tamaño ajustado. «Maceta guardería» es un concepto inventado por mí que uso para recomendar no arriesgar con macetas grandes antes de observar los primeros pasos del desarrollo de una planta y conocerla. Si empleamos una maceta demasiado grande, puede que nuestro esqueje se estrese. Lo mejor que nos puede ocurrir es que la maceta se quede pequeña pronto. Sería una gran noticia, ya que significaría que nuestro esqueje es fuerte y que habría llegado el momento de trasplantarlo a una maceta más grande.

He visto a muchas personas frustrarse al pasar sus esquejes a una maceta con sustrato y no conseguir que agarrasen, ya que un día después del traslado estos se veían mustios y caídos. En el caso de que un esqueje no reaccione bien al paso a sustrato, siempre podemos volver a ponerlo en agua y esperar a que recupere un aspecto sano antes de intentarlo de nuevo. Yo empleo un pequeño truco que va en contra de las recomendaciones generales pero que a mí me ha funcionado de maravilla: no regar hasta que la planta lo pida.

La propagación directamente a sustrato: ¡cortar y plantar!

Hay muchas plantas, sobre todo de tallo fino o tallos suculentos, que crecen con mucha más rapidez si plantamos directamente los esquejes en el sustrato. Los esquejes de las *Trasdescantias*, las *Callisias*, las suculentas y otras plantas tardan mucho más en crecer metidos en agua que en la maceta. En estos casos tenemos la suerte de poder saltarnos un paso intermedio.

Instrucciones para plantar un esqueje directamente:

1. Selecciona una maceta proporcional al tamaño de tu esqueje y un sustrato que tenga una buena proporción de aireación para evitar que los tallos se pudran.
2. Riégalos cuando veas que la planta te lo pide a partir de las señales de turgencia foliar.
3. Sitúalos en una ubicación con luz indirecta brillante y alejada de corrientes de aire.
4. Recuerda que es una planta sin raíces y que debes estar muy pendiente de que el sustrato nunca llegue a secarse del todo. Debe mantener una humedad constante pero nunca encharcada.

Trasplante y macetas

El trasplante de nuestras plantas tendrá siempre por objetivo mejorar sus condiciones de vida y no debe responder nunca a una razón estética o caprichosa. Saber escoger el tamaño y el tipo de maceta es tan importante como realizarlo de la forma adecuada y en el momento indicado. Si sigues las señales de tu planta, el trasplante no entrañará muchas dificultades y tu planta seguirá creciendo sana y feliz.

¿Cuándo y cómo debemos trasplantar a nuestras amigas verdes?

Primavera y verano es el momento perfecto para hacer trasplantes. Durante estas estaciones nuestras plantas crecerán mucho más rápido y necesitarán espacio para sus raíces. Pero no siempre es necesario u obligatorio respetar estos meses, y también podemos trasplantar en otoño o invierno. La clave es observar a nuestra querida amiga. Si la planta aún no necesita un cambio, es mejor esperar a que nos mande las señales adecuadas.

Yo antes creía que maceta más grande = más espacio de crecimiento. Pero en realidad es todo lo contrario. Para las plantas pequeñas, una maceta más grande implica, la mayoría de las veces, exceso de riego y pudrición de raíces.

Razones para realizar un trasplante

Maceta pequeña

Cuando las raíces de una planta han consumido todo el espacio del sustrato para

crecer, podemos observar varias señales:

- **RAÍCES POR FUERA DEL SUSTRATO:** La señal más clara de esta situación es ver raíces sobresaliendo por los agujeros de drenaje de la maceta o por la superficie del sustrato, pero esto no siempre quiere decir que la planta necesite una maceta más grande, ya que las raíces pueden salir por los agujeros sin haber consumido todo el espacio disponible. Salir de dudas es tan sencillo como extraer el cepellón y echar un vistazo: si ves que solo es una raíz exploradora, devuélvela dentro de la maceta sin realizar cambios.

- **RIEGOS MUY RECURRENTES:** Esta es mi señal favorita. Si tu planta te sorprende pidiéndote demasiados riegos, muy a menudo significa que el espacio para la acumulación de agua que tiene no le llega ni para el aperitivo y necesita uno más grande.

- **HOJAS AMARILLAS:** Cuando una planta lleva mucho tiempo sin ser trasplantada y se queda sin espacio para poder desarrollar sus raíces, no dejará de crecer. Seguirá haciéndolo, pero con un sistema de raíces más pequeño del que necesita, por lo que empezará a eliminar las hojas más antiguas y podremos ver cómo estas poco a poco van amarilleándose y muriendo.

Si tu planta presenta las señales de que necesita más espacio para crecer, ¡ponte manos a la obra!

1. Selecciona una maceta con un diámetro dos o tres centímetros más grande que el de la maceta anterior.

2. Añade una base de la mezcla que hayas realizado para tu planta.

3. Ubica la planta de forma que la superficie del cepellón actual quede por debajo del límite de la maceta nueva.

4. Rellena los costados asegurándote de que el sustrato se esparce de manera homogénea por todo el perímetro del cepellón.

5. Golpea suavemente la maceta y masajéala para asegurarte de que el sustrato está completamente asentado. Puedes ayudarte del palito pluriempleado.

6. Riega solo si la planta lo necesita. Si trasplantas tu planta con el sustrato muy húmedo y la vuelves a regar podrías ahogarla.

Sustrato inadecuado o planta en mal estado

Puede darse el caso de que acabes de adquirir una planta con un sustrato que no reúne las condiciones adecuadas y sepas de antemano que después de la adaptación va a necesitar un cambio total o parcial del sustrato. También puede ser que tengas una planta en mal estado, contaminada con hongos o plagas, o que el sustrato esté envejecido y optes por renovar completamente las condiciones del suelo de tu planta.

En estas situaciones, recomendaría trasplantar siempre a una maceta del mismo tamaño o a una maceta más pequeña. Cuando una planta en mal estado necesita un cambio de sustrato suele haber sufrido pudrición de raíces (que debemos eliminar) o un mal desarrollo tras un trasplante. La planta puede haber perdido masa radicular (es decir, que tiene menos raíces), y en este caso una maceta más grande será un problema.

Cuando una planta está debilitada, si la pasamos a un espacio más pequeño se adaptará mejor y ayudará a sus raíces a gestionar mejor los riegos. Básicamente, cuando una planta se debilita y lo creemos oportuno, la mejor estrategia es disminuir el tamaño de la maceta.

En este caso, también deberemos hacer un cambio de sustrato. El objetivo de cambiar un sustrato será liberar las raíces de nuestra planta de un sustrato indeseado. Es una tarea que requiere tiempo y mucha paciencia, ya que debemos tratar de romper lo

menos posible las raíces. Yo recomiendo utilizar herramientas en forma de varilla para ir descompactando el sustrato. También podemos utilizar las yemas de los dedos para desprenderlo con cuidado. En caso de que el sustrato antiguo siga muy apelmazado, tu mejor aliada será una pequeña tina o un chorro de agua bajo el que desprenderlo con menos dificultad.

Una vez que termines la tarea de liberar el sustrato, el paso a maceta no entraña ninguna dificultad, pero ten en cuenta que forzosamente deberás seleccionar una maceta más pequeña que la original para favorecer la adaptación de esas raíces agitadas a su nuevo medio. Además, acuérdate de no regar la planta hasta que lo necesite.

Macetas

Elegir la maceta ideal para tus plantas y para ti va a facilitar mucho vuestra relación. Tanto la forma como el material son relevantes. En el caso de los materiales, los que podemos escoger tienen diferentes características en función de su:

- **POROSIDAD/TRANSPIRACIÓN:** Los poros del material determinan la circulación de aire a través de este.
- **RETENCIÓN DE LA HUMEDAD:** La capacidad de mantener la humedad más tiempo.

- **REGULACIÓN DE LA TEMPERATURA:** La capacidad de proteger al cepellón de la temperatura exterior.

- **DRENAJE:** La capacidad de drenar el exceso de agua por la parte inferior de la maceta.

[illegible]			
Porosidad / transpiración			
Retención de la humedad			
Regulación de la temperatura			
Drenaje			
Manipulación / resistencia			

Las macetas de terracota son las ideales para exterior, gracias a su capacidad para aislar de las temperaturas. También te las recomiendo si tiendes a regar de más y para plantas que no requieren retención de humedad en su sustrato. En cambio, las macetas de plástico son ligeras, de fácil manipulación y perfectas para plantas tropicales que necesitan una humedad constante en el sustrato. Las de cerámica,* dependiendo de su fabricación y acabado, tienen un punto intermedio entre la terracota y el plástico.

La correcta elección de tu maceta dependerá de varios factores:

- **LAS NECESIDADES DE LA PLANTA:** Si necesita un suelo predominantemente húmedo, o bien que no retenga humedad.

- **TUS HÁBITOS DE CUIDADO O CONDICIONES AMBIENTALES:** Regar mucho o poco, o vivir en un lugar frío y húmedo o seco y caluroso.

¡RECICLA!

Son muchos los materiales y elementos con los que convivimos en nuestro día a día y que podemos reutilizar para el cuidado de nuestras plantas de interior:

- **CALCETINES VIEJOS:** Úsalos como guantes para limpiar las hojas de tus amigas verdes.
- **TÁPERES SIN TAPA:** Pueden ser perfectos invernaderos para propagar si los

tapamos con papel film. También puedes usarlos como bandejas de riego.

- **LATAS, TAZAS, ENVASES DE YOGUR…**: Puedes usarlos de cubremacetas o hacer un agujero en la base y usarlos como macetas contenedoras para tus plantas.

- **BOTELLAS DE PLÁSTICO:** Agujereando el tapón pueden ser regaderas y cortando la base pueden ser miniinvernaderos, incluso con ventilación si abrimos el tapón.

- **MEDIAS ROTAS:** Gracias a su elasticidad, son perfectas para atar nuestras plantas a sus tutores.

- **TARROS DE CRISTAL:** Perfectos para propagar nuestras plantas.

Fertilización y asimilación de nutrientes

Todas las plantas cultivadas en maceta necesitan ser fertilizadas para su óptimo crecimiento. Además, para que se alimenten correctamente también es importante mantener los sustratos sanos e intentar simular, aunque sea un poco, ese banquete que encontrarían en sus propios ecosistemas.

Imaginemos por un momento la riqueza del suelo de las junglas: todos los nutrientes, los microbios y hongos beneficiosos, las condiciones perfectas del suelo… Todo este conjunto favorece que las plantas puedan adquirir y asimilar del suelo o el medio donde están todo el «alimento» que necesitan para crecer, florecer y generar sus frutos.

Algo que no me habían dicho nunca, y de lo que me he dado cuenta con la experiencia que tengo, es que una planta fuerte es resistente a casi todo. Mantenerla bien nutrida no solo provoca que sus hojas sean grandes y verdes, sino que las hace más fuertes contra plagas y contra patógenos. Tiene toda la lógica, ¿verdad?

¿Qué «comen» nuestras plantas?

El aporte principal y básico que necesitan nuestras plantas de interior es el conjunto de elementos NPK (nitrógeno, fósforo y potasio). Además, nuestras plantas también necesitan micronutrientes como hierro, boro, zinc…, entre muchos otros. En la

naturaleza, el banquete está servido, pero en nuestras casas es nuestra responsabilidad «darles de comer».

N: nitrógeno para las hojas
P: fósforo para las raíces y las flores
K: potasio para los frutos y las flores

En el mercado podemos encontrar fertilizantes en múltiples formatos: granulados, barritas, piedras de liberación lenta y fertilizantes líquidos. Estos últimos son mis favoritos. Mientras que la durabilidad de otros métodos está condicionada por la temperatura ambiente o la cantidad de riegos, el fertilizante líquido nos permite ser más concretos con las dosis y los plazos de fertilización.

¡Precaución con el exceso! Los elementos químicos con una disolución en agua excesiva pueden provocar perturbaciones en nuestra planta, como quemar sus raíces o sus hojas y favorecer la aparición de plagas. Puedes fertilizar con menos cantidad pero nunca recuperar dosis de fertilización con cantidades más altas. ¡Eso está prohibidísimo!

Otros elementos favorecedores para la correcta asimilación de nutrientes, bioestimulantes y microorganismos beneficiosos

Sin entrar mucho en materia, así funcionan algunos productos que favorecen la asimilación de nutrientes o les dan un aporte extra a nuestras plantas de interior:

- **ÁCIDOS HÚMICOS:** Recuperemos la metáfora de los restaurantes. Como los

ácidos húmicos favorecen la asimilación de nutrientes, podríamos decir que son como pequeños chefs que preparan bandejas para que nuestras raíces puedan comer todo lo posible. Muchos fertilizantes contienen ácidos húmicos en sus fórmulas. Un producto común donde podemos encontrarlos es el humus de lombriz.

- **AMINOÁCIDOS LIBRES:** Las plantas consumen aminoácidos libres, sintetizados por ellas mismas, para llevar a cabo prácticamente todas sus funciones de desarrollo: mantenerse fuertes, florecer, superar las inclemencias… Pero si les aportamos los aminoácidos directamente, para que no tengan que fabricarlos, les estaremos ahorrando muchísimo trabajo. Los aminoácidos las hacen más fuertes y resistentes, y las ayudan a superar momentos de estrés como plagas, trasplantes, cambios drásticos en las temperaturas…

- **MICORRIZAS Y MICROORGANISMOS BENEFICIOSOS:** Podemos ponernos *gourmet* y buscar el pack completo de manera que nuestros sustratos estén realmente al punto e incluyan, por ejemplo, hongos beneficiosos y complejos microbianos. Este tema es amplísimo, así que solo diré que hay hongos beneficiosos generadores de micorrizas que favorecen el crecimiento de raíces y que podemos aplicar los complejos microbianos para que ayuden a la correcta estructura del suelo y a la asimilación de nutrientes, cosa que, entre otros beneficios, hace que las plantas sean más resistentes a los patógenos.

Preguntas frecuentes

¿Puedo abonar únicamente con humus de lombriz o compost?

Los abonos como el humus de lombriz o el compost, tanto líquidos como sólidos, son fertilizantes de origen natural sintetizados gracias a la descomposición de materia orgánica, muy ricos en nutrientes. Eso sí, es posible que no tengan una concentración tan potente de NPK como los fertilizantes líquidos sintetizados químicamente. Podrías mantener a tus plantas únicamente con humus de lombirz o compost si quisieras, pero, para mí, sin duda, el acierto es emplear siempre una combinación. Dicho esto, siempre será mejor usar estos compuestos que no usar nada.

¿Qué fertilizante tengo que comprar?

Debes escoger un fertilizante que se adapte a las necesidades de tus plantas. Las proporciones en NPK aportarán diferentes resultados dependiendo de lo que queramos potenciar. Existen fertilizantes más y menos completos, y todo está escrito en sus

etiquetas. Si quieres encontrar la mejor opción para tus plantas, busca en la etiqueta una composición de NPK, micronutrientes esenciales, aminoácidos libres y ácidos húmicos.

Humus de lombriz sólido.

¿Tienen que ser específicos para cada planta? ¿Tengo que comprar diferentes fertilizantes?

No es estrictamente necesario que lo hagas, pero hay dos excepciones que hay que tener en cuenta: la primera es la de las orquídeas, que necesitan una dosis mucho más pequeña de fertilizante, y la segunda es la de las plantas carnívoras, que no se deben fertilizar. En los demás casos, si quieres ahorrar en productos, se puede emplear un fertilizante universal. Lo importante es mirar sus ingredientes en la etiqueta y saber cómo alimentará a las plantas. Sí que es cierto que hay fertilizantes específicos que pueden aportarles el equilibrio exacto para su especie, pero no es estrictamente obligatorio que los utilices.

¿Cuándo y cada cuánto debo fertilizar mis plantas?

Lo más recomendable es que lo hagas de primavera a otoño, pero si observas que tu planta sigue creciendo en invierno es recomendable fertilizarla por lo menos una vez al mes durante el resto de la estación. La periodicidad está indicada en el dorso de cada fertilizante. Hay que mencionar que no todas las plantas están activas en las mismas

épocas del año y que es recomendable conocer sus ciclos.

Plagas

Uno de los mayores temores a los que nos enfrentamos cuando cuidamos plantas es la aparición de plagas o enfermedades (en plantas de interior, principalmente hongos) y el riesgo de que se propaguen y contagien a todas nuestras amigas verdes, consumiendo su salud o dejándolas en su mínima expresión.

¡Que no cunda el pánico! Para que no nos pillen desprevenidos, debemos saber que las plagas u hongos pueden aparecer por varias razones. No brotan de la nada ni por arte de magia, hay algún truco que otro para tratar de prevenirlos y en el caso de fracasar en el intento existen formas de combatirlos. Ahora bien, como se dice, el que tiene plantas, tiene plagas…, tarde o temprano.

¿Qué puede provocar que una plaga o un hongo se instale en mi planta?

Condiciones ambientales favorables

Las plagas y los hongos, como cualquier otro ser vivo, necesitan unas condiciones ideales para desarrollarse. Dependiendo del caso, pueden ser los ambientes secos, los ambientes cálidos y húmedos, los ambientes saturados, los poco ventilados…

Mal cuidado de una planta y plantas débiles o estresadas

Las plagas y los hongos aprovechan las oportunidades idóneas para instalarse en una planta. Aunque una planta sana también puede ser víctima de ellos, el objetivo de los enemigos siempre será empezar por las presas fáciles. Una planta en sus condiciones ambientales y de cuidado ideales tendrá las hojas fuertes y estará preparada para resistirse a cualquier ataque. Sin duda, esta es una de las mejores maneras de prevenir plagas.

He podido observar, sobre todo en interior y durante las épocas de primavera-verano, que las primeras plantas en ser atacadas en mi casa por las plagas fueron aquellas que olvidé regar durante más tiempo de la cuenta. Sus hojas debilitadas fueron presas muy fáciles de picotear. ¡Revisa especialmente estas plantas!

Llegada del exterior a través de nuevas plantas o por las ventanas

¡Ya estaban ahí! Muchas veces, las plagas o los hongos ya están latentes en nuestras plantas y esperan a que lleguen las condiciones favorables para hacer su entrada triunfal. Por esta razón debemos realizar una cuarentena de nuestras plantas nuevas o de las plantas que recientemente hayan pasado por un ataque. Si tienen plagas u hongos, esto evitará que se propaguen a otras plantas y nos ahorrará muchos esfuerzos.

También puede darse el caso, especialmente cuando vivimos en un entorno natural o cerca de árboles, de que las plagas u hongos accedan con las corrientes a través de nuestras ventanas.

¿QUÉ SEÑALES NOS DAN LAS PLANTAS CUANDO ESTÁN SIENDO ATACADAS POR UNA PLAGA?

- **NO CRECEN O CRECEN DEFORMADAS:** Si tu planta tiene unas condiciones

óptimas para crecer y no lo hace, o si sus hojas nuevas crecen deformadas, pueden ser síntomas de que tiene una plaga. ¡Revísala!

- **DECOLORACIONES FOLIARES:** Aunque existen otras razones por las que una decoloración puede aparecer en las hojas de las plantas, las plagas, sobre todo de *trips* y ácaros que ya están instalados en grupos numerosos, suelen centrarse en alimentarse de las hojas por zonas y dejan manchas con aspecto de decoloración. Siempre que veas algo sospechoso, revisa el envés de la hoja.

- **MELAZAS O SUSTANCIAS SOSPECHOSAS:** No es habitual que nuestra planta segregue ningún tipo de sustancia extraña. Si ves un algodoncillo blanco, manchas brillantes un poco pegajosas, pequeños puntitos negros… es probable que uno o varios polizones estén paseándose por las hojas de tu planta.

¡Contigo no, bicho! Las plagas más comunes en plantas de interior

Ácaros (araña roja, blanca…)

La araña roja pertenece al grupo de plagas de picadores suctores, que se alimentan succionando la savia, principalmente en las hojas de nuestras plantas. En realidad, la araña roja no es una araña, sino un ácaro, pero se llama así porque es un arácnido. A la mayor parte de arañas rojas no podemos verlas a simple vista, cosa que las convierte en nuestras enemigas más invisibles. Es uno de los varios tipos de ácaros que pueden afectar a nuestras plantas drásticamente por culpa de su rápida reproducción, colonización de varias plantas a la vez y difícil detección hasta que la plaga ya está avanzada.

¿Cómo detectarlos?

1. ¡Revisa el envés! Cuando la población de ácaros es numerosa, se presenta como un polvillo blanco.

2. ¿Ves zonas descoloridas en el haz de tu hoja? ¡Alerta, ácaros!

3. Pulveriza el haz y el envés con un nebulizador. Es una manera infalible de hacer aparecer las finísimas telarañas.

¿Cómo prevenirlos?

A los ácaros les encantan los ambientes secos, el calor y las corrientes de aire. Evita exponer tus plantas prolongadamente a estas condiciones ambientales y sobre todo mantenlas limpias.

¡Al ataque! ¿Cómo combatirlos?

Una vez que el problema es evidente y vemos que no conseguimos mantener a raya a los ácaros, es hora de tratar a nuestras plantas, preferiblemente a todas las que estén en la misma habitación que la planta infestada, ya que es posible que, en el momento en que los detectamos, los ácaros ya se hayan instalado en mayor o menor medida en más de una planta de la misma zona.

Además de limpiar tus plantas con agua y jabón potásico, puedes buscar otros productos acaricidas, como el azufre, o algún insecticida recomendado por un profesional. Asegúrate de seguir las instrucciones del dorso del producto seleccionado.

Cochinilla

Existen diferentes especies de cochinillas y suelen estar presentes en tallos, peciolos y raíces. En algunos casos, son fácilmente reconocibles por su tamaño, sobre todo cuando se trata de la cochinilla algodonosa, que es una plaga bastante «sucia». Las cochinillas se instalan en nuestras plantas para alimentarse de su savia y son amantes de los climas cálidos y húmedos. Las melazas que segregan, a su vez, también pueden provocar que se instalen hongos en nuestras plantas.

Cochinilla algodonosa.

¿Cómo detectarla?

La detección de la cochinilla algodonosa es relativamente fácil cuando está en la

superficie de nuestra planta (también puede esconderse en los recovecos de las raíces). Revisa especialmente la presencia de acumulaciones de sustancia algodonosa blanca en los pliegues de los tallos con las hojas y peciolos, también en las bases de plantas que crecen con la densidad foliar pegada al sustrato.

¡Ojo! Hay un animalito que puede indicarnos la presencia de cochinillas: las hormigas, ya que se alimentan de los azúcares que estas segregan.

¿Cómo prevenirla?
La mejor manera de prevenirla es revisar las condiciones ambientales de calor y humedad. También limpiar nuestras plantas y mantenerlas libres de factores que puedan estresarlas.

¡Al ataque! ¿Cómo combatirla?
Para combatir la cochinilla, tanto la cochinilla algodonosa como la cochinilla lapa, es necesario armarse de paciencia, de herramientas y de algún producto.

- **LIMPIEZA MANUAL:** Con la ayuda de una disolución de jabón potásico y un paño o papel, limpia manualmente todas las cochinillas al alcance.

- **LIMPIEZA DE JUNTAS Y RECOVECOS:** Con la ayuda de una piseta o una jeringa, aborda todos los rincones más escondidos con agua jabonosa a presión. Mójalos repetidamente. Si ves «algodoncillo», utiliza un bastoncillo higiénico o un cepillo pequeño para frotar y limpiar la zona en profundidad, siempre con cuidado de no dañar la planta. En el caso de la cochinilla lapa, puede ser necesario aplicar más presión.

- **REVISA LAS RAÍCES:** Revisa los primeros centímetros del sustrato que está en contacto con las raíces. En el caso de detectar cochinillas, puede que tengas que desenterrar la planta para limpiarla en condiciones.

- **APLICA UN PRODUCTO:** Después de la intervención, puedes buscar y aplicar algún producto insecticida específico para cochinillas.

Pulgón
Los pulgones son pequeños insectos fáciles de detectar a simple vista que pueden mostrarse en diferentes colores, como verde, naranja, negro o blanco. No es muy común encontrarlos como plagas en interior si no estamos cerca de un ambiente

exterior con plantas, por eso en este caso solo incluyo información sobre cómo detectarlos. Los pulgones también se alimentan de los jugos de las plantas. Suelen ubicarse en los tallos tiernos más jóvenes y en las flores.

Pulgón.

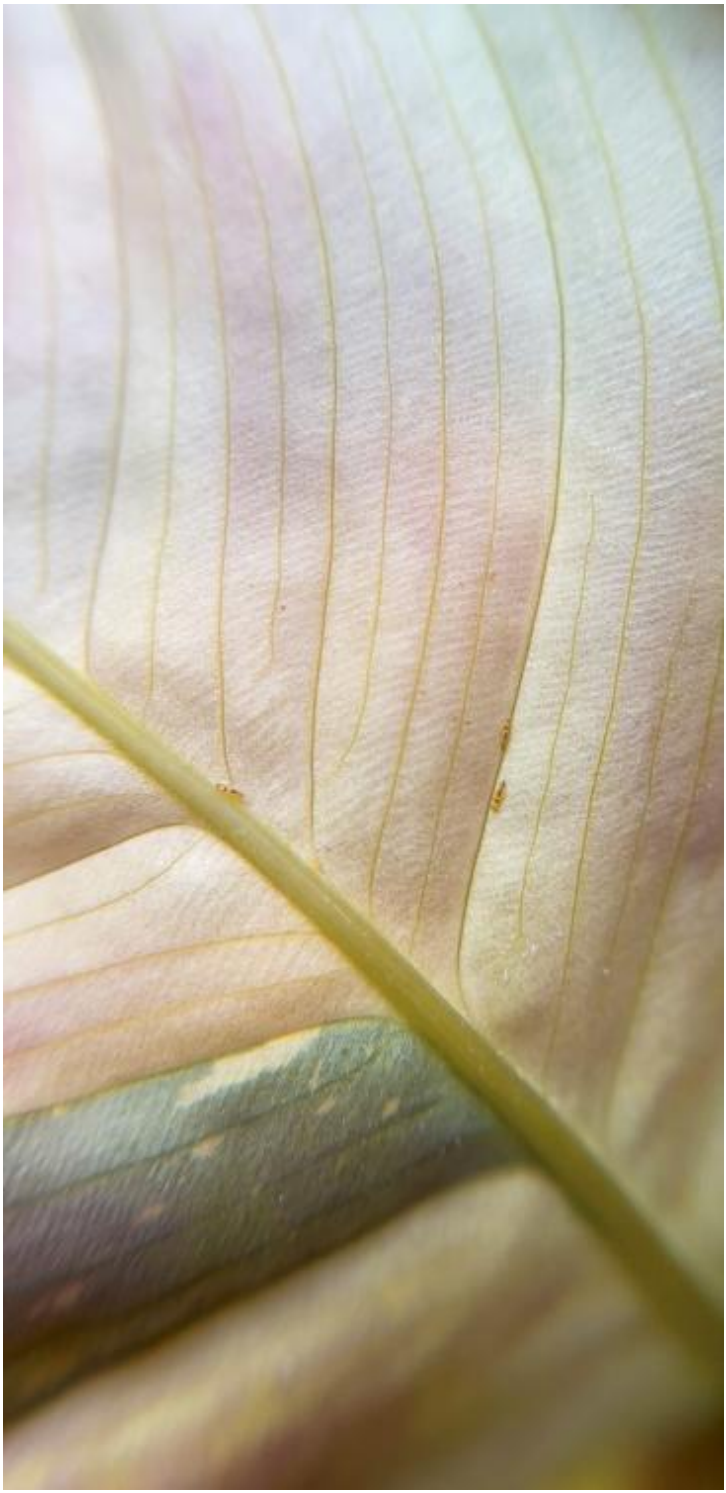
¿Cómo detectarlo?

Fácilmente: se ven a simple vista y se colocan en grandes agrupaciones.

Trips

Los *trips*, al igual que los pulgones, son una plaga que ama los ambientes calurosos, así como las plantas debilitadas o excesivamente nitrogenadas. Se ubican sobre todo en el envés de la hoja y podemos encontrarlos en tres fases diferentes de su ciclo:

- **LARVAS:** Pequeñísimas formas ovaladas blancas.
- **NINFAS:** Los *trips* más voraces. Amarillentas, se alimentarán de la planta hasta alcanzar la fase adulta.
- **ADULTOS:** Son similares a las ninfas, pero más oscuros y con sorpresa: ¡alas! Ya se han alimentado y están listos para volar hacia otra planta y formar una nueva familia.



Trips.

¿Cómo detectarlos?

Busca zonas decoloradas en el haz de tus hojas, en ocasiones con presencia de pequeñas picaduras. A veces esas picaduras pueden tornarse negras y generar una infección fúngica. Los *trips* esencialmente se ubicarán en el envés de las hojas de tus plantas.

¿Cómo prevenirlos?

Al igual que con otras plagas, debemos mantener nuestra planta limpia, sana y correctamente fertilizada.

¡Al ataque! ¿Cómo combatirlos?

Los *trips*, dada su rápida movilidad en fase adulta y la ubicación de sus larvas (que también pueden estar presentes en el sustrato), no son fáciles de combatir y eliminar del todo. Por eso es importante mantenerlos a raya e ir controlando la plaga hasta que consigamos reducir del todo su presencia.

Realiza una primera limpieza intensiva manual centrándote en el envés de las hojas. Pulverízalas en abundancia con jabón potásico para después ayudarte de un papel o bayeta para cada envés de tu planta.

Posteriormente, quizás un par de días después de la intervención, si la plaga era muy abundante y así lo decides, puedes emplear un insecticida indicado para esta plaga en concreto.

¡Ojo! No todos los bichos que vemos en nuestras plantas son peligrosos para ellas. Si alguna vez has observado en tu sustrato, o en el agua que sale del drenaje tras un riego, algunos bichillos blancos, alargados y un poco saltarines de no más de seis milímetros, son colémbolos. Los colémbolos habitan sustratos húmedos y se alimentan de materia orgánica en descomposición. En principio no debemos preocuparnos de ellos, a no ser que veamos una cantidad exagerada ocupando el suelo de nuestras plantas, en cuyo caso podría darse la situación de que la escasez de alimento provocase que comenzaran a comerse alguna raicilla. Si los tienes y te preocupan, deja secar tus sustratos entre riegos y disminuye el uso de abonos orgánicos.

Prevención y combate

Hemos analizado una a una las plagas más comunes. Ahora podemos sintetizar los consejos principales para mantener nuestras plantas libres de plagas o controlar las plagas existentes:

- **UNA PLANTA SANA ES UNA PLANTA MÁS RESISTENTE:** Evita los momentos de estrés y revísala si la has descuidado.
- **EMPLEA HERRAMIENTAS COMO LUPAS O LENTES MACRO PARA DETECTAR PLAGAS CON PRECISIÓN**: Un truco que a mí me funciona es usar el móvil. Usa la cámara en modo grabar con flash y, *voilà!*, lo verás todo mucho mejor.
- **MANTÉN TU PLANTA LIMPIA DE PELLEJOS, HOJAS MUERTAS Y RESTOS DE PECIOLOS:** A algunas plagas les gusta estar resguardadas en los recovecos más recónditos, y cuantos menos escondrijos les dejemos, mejor.
- **SI VES PLAGA EN UNA HOJA, LIMPIA TODA LA PLANTA:** Si está extendida, trátala con un producto insecticida. En este caso, será recomendable limpiar todas las plantas de la zona.
- **LIMPIA MACETAS, SUPERFICIES Y PLATOS:** Las plagas se trasladan entre plantas y se esconden también en platos y macetas. Una limpieza de todas las superficies también evitará que se propaguen.
- **ACCIÓN COMBINADA Y EFECTIVA:** Mejor ir a tiro fijo que dar palos de ciego haciendo demasiadas intervenciones que puedan debilitar nuestras plantas.

Otros métodos de prevención

En los ecosistemas donde crecen nuestras plantas, existe un equilibrio natural y las plagas tienen depredadores. En cambio, en nuestros hogares estamos escasos de estos aliados que en el mercado se denominan «control biológico». Por ejemplo, la plaga favorita de las mariquitas son los pulgones.

¡Hora de pasar a la acción!

Aunque me encantaría dar la gran noticia de que solo con aplicar insecticida un par de veces se pueden eliminar los problemas de plagas u hongos, la realidad es muy distinta. Toda planta víctima de un enemigo va a necesitar una intervención manual en mayor o menor medida.

Combina la limpieza manual con un insecticida en caso de que sea necesario. Cada

tratamiento puede tener indicadas unas aplicaciones y es recomendable seguirlas a rajatabla para no debilitar nuestra planta también a nivel foliar.

¿Las plagas pueden sobrevivir a los insecticidas?

Puede darse el caso, cuando usamos siempre el mismo insecticida, de que algún polizón sobreviva. Si hay dos supervivientes y se reproducen, también serán resistentes y proliferarán a pesar de nuestros intentos. Por eso se dice que algunos insecticidas pueden crear resistencias. Para evitarlo, combínalos con medidas manuales y cambia de insecticida de vez en cuando.

Tener plantas en casa sin mosquitas del sustrato es posible

Inofensivas pero desesperantes. Así son las mosquitas del sustrato. Estas pequeñas moscas voladoras son muy habituales cuando tenemos plantas en casa y regamos demasiado. Son totalmente inofensivas para las plantas, no se alimentan de ellas y no las perjudicarán, pero sí usarán sus sustratos húmedos para reproducirse y poner sus larvas.

¿Cómo eliminar las mosquitas del sustrato?

Hay varios caminos que podemos tomar para eliminar las mosquitas del sustrato. Están las prácticas preventivas y los remedios inmediatos. Si nuestra casa es propensa a tener mosquitas del sustrato, sería recomendable que modificáramos nuestras rutinas y metodologías de riego para evitar la reaparición de esta «plaga». Pero si se

da el caso de que la cantidad de moscas es demasiado numerosa, los métodos radicales las eliminarán en poco tiempo. ¡Una cosa no quita la otra! Si no queremos volver a tener mosquitas, es imprescindible prevenirlas. Puedes hacerlo así:

- **DEJA SECAR LOS PRIMEROS DIEZ CENTÍMETROS DEL SUSTRATO DE LAS PLANTAS**
  Lo primero que hay que hacer es eliminar la principal fuente de atracción de estas moscas: los sustratos húmedos en la superficie. Si un sustrato nunca pierde la humedad en la primera capa, las mosquitas no dejarán de aparecer.

- **UTILIZA TRAMPAS AMARILLAS PEGAJOSAS** (véase foto anterior)
  Son tremendamente efectivas. Su función es atraer a las moscas antes de que pongan sus larvas en el sustrato. No evitarán que alguna se libre, pero reducen enormemente su dispersión en el espacio. Ubícalas en las plantas más afectadas.

- **RETIRA LAS PRIMERAS CAPAS DEL SUSTRATO DE TU PLANTA**
  Si tienen demasiadas mosquitas, podemos retirar las primeras capas del sustrato de nuestras plantas y cambiarlas por sustrato nuevo y seco. Así eliminaremos las larvas que están a punto de nacer, y la planta dejará de atraer nuevas inquilinas.

- **EMPLEA PRODUCTOS ANTIMOSCAS**
  En el mercado existen productos conocidos por todos que también pueden eliminar las mosquitas, aunque no eliminarán las larvas del sustrato, solo las moscas adultas. Los espráis antimoscas te ayudarán a eliminar las moscas adultas sin rociar las plantas, pues con pulverizar en la habitación y dejar actuar a puerta cerrada durante diez minutos debería ser suficiente. También podemos ubicar enchufes antimoscas en la zona de las plantas. Mientras estén en funcionamiento, eliminarán todas las moscas a su alcance.

Hongos

Ya están ahí antes de que podamos verlos

Los hongos son sin duda la dolencia más misteriosa que podemos afrontar como principiantes en el cuidado de plantas. Un hongo puede estar latente en nuestra planta y ser completamente invisible a nuestros ojos (incluso mientras la afecta

negativamente) antes de que veamos señales evidentes y, en algunos casos, antes de que sea demasiado tarde.

Cereus spiralis afectado por roya.

La eliminación de las partes afectadas, si es posible, y el tratamiento con un fungicida será casi siempre necesario si queremos evitar su expansión y, en el caso de los hongos contagiosos, su instalación en otras plantas cercanas.

Generalmente los hongos están estrechamente relacionados con la humedad ambiental. Ningún hongo puede proliferar en ausencia de humedad, ya sea ambiental

o esté en el sustrato. Hay hongos que surgen al excedernos en el riego, otros que aparecen en condiciones de aire saturado, e incluso los hay que proliferarán al mojar las hojas de algunas plantas sensibles a la humedad… Por eso es muy importante cuidar el drenaje de nuestras plantas y asegurarnos de que nuestros ambientes tienen una correcta ventilación.

No todos los daños realizados por un hongo se pueden revertir. Las hojas enfermas deberán ser eliminadas, y es preferible seccionar las zonas afectadas por el hongo con parte de tejido sano de la planta. Aun así, la clave será modificar los cuidados que procuramos a nuestra planta y tratarlo para que no vuelva a aparecer.

Los hongos más comunes en plantas de interior

Oídio

El oídio es un hongo muy contagioso que se presenta en forma de manchas polvorientas con aspecto de ceniza en el haz, el envés o ambas caras de las hojas afectadas. Sus esporas volátiles se instalan en las hojas de nuestras plantas esperando el momento idóneo para hacer su aparición. Afecta a plantas debilitadas y sedientas, y en interior es el archienemigo de las begonias. Podemos aplicar azufre para combatirlo o evitarlo.

Botritis

La botritis se identifica porque ennegrece y pudre secciones de los tejidos. En plantas de interior podemos encontrarnos con esta situación en las partes que están en contacto directo con sustratos extremadamente húmedos (tallos, hojas…). La botritis genera putrefacción irremediable. Si no se han visto afectadas las partes vitales de la planta, debemos cortar las partes afectadas y tratar la planta. Si el tallo está gravemente afectado, debemos esquejar las partes sanas.

Roya

Si descubres manchas amarillas brillantes que más adelante empiezan a presentar bolas polvorientas o abultamientos anaranjados, amarillos o rojizos en el envés de las hojas de tus plantas, especialmente en las *Oxalis* o en los tallos de los cactus y las hojas de las suculentas, la planta puede tener roya. No es muy común en plantas de interior.

Mildiu

Reconocible por sus manchas amarillas en el haz de la hoja y una zona polvorienta en

la misma zona por el envés de la planta, es amante del calor y de la humedad.

Negrilla

Es un hongo de color negro que se instala en las melazas segregadas por las plagas. No ataca a la planta en sí, pero dificulta la fotosíntesis, por lo que debemos limpiarlo.

Pudrición de raíz

Cuando hemos regado la planta en exceso y las raíces comienzan a pudrirse, esto se verá reflejado en el debilitamiento y posterior necrosis de las hojas. Véase el apartado ¿Qué le pasa a mi planta? ¿Tiene sed o se está ahogando?, en el capítulo Orden de prioridades. ¿Qué necesitan las plantas?, para qué hacer en caso de exceso de riego.

Prevención y curación

No es lo mismo prevenir que curar. Existen productos que evitarán la aparición de hongos, pero que no curarán a nuestra planta de su infestación, y otros productos curativos que sí eliminarán el hongo de forma efectiva.

Productos naturales preventivos

Antes de recomendarte un producto milagroso que te haga gastar mucha energía sin que obtengas resultados efectivos, es importante tener en cuenta que experimentar con nuestras plantas y exponerlas a excesivas manipulaciones sin efecto puede provocar que el hongo se expanda y la planta se debilite. En el mercado podemos encontrar productos naturales efectivos preventivos basados en cobre y azufre que protegerán a nuestras plantas de que los hongos se instalen en el exterior.

Productos químicos curativos

Con los hongos tratables, lo mejor es hacer uso de productos sistémicos, de contacto o con ambas características. El producto de contacto se aplica sobre la planta con pulverizaciones hasta cubrir todas las zonas que tratar (aquellas que no entren en contacto con el producto no serán tratadas), mientras que un producto sistémico penetrará en el sistema de la planta y actuará desde dentro, protegiendo también a los futuros crecimientos. De esta forma, la planta se convertirá en enemigo del hongo y este no proliferará tan fácilmente.

Los productos químicos curativos son un método preventivo que podremos aplicar cuando reguemos o pulverizando las plantas con tendencia a tener hongos como el oídio, la roya o el mildiu. Sirven tanto para tratar los hongos como para proteger a las plantas de ellos. Recuerda siempre estudiar con detenimiento el producto escogido

antes de aplicarlo.

PLANTASTIC TIP

¿Hay moho blanco en la superficie del sustrato de tus plantas? Suele aparecer en plantas que acaban de llegar a casa y a las que no hemos cambiado el sustrato. No te alarmes, ese moho no es perjudicial para tu planta. Si quieres eliminarlo puedes cambiar la superficie del sustrato, dejarla secar más entre riegos, airear tu sustrato y aumentar la ventilación de tu hogar.

Cuidados VIP (Very Important Plants)

Las plantas especiales merecen cuidados especiales. El nivel de dedicación, cariño y perfeccionismo que podemos destinar a nuestros hogares verdes no tiene límites.

Plantas bebé

Las plantas bebé (donde yo incluiría los esquejes pequeños que acabamos de plantar) necesitan cuidados especiales. Como son plantas pequeñas, tienen hojas y raíces de menor tamaño, y para fortalecerse necesitan cuidados más constantes.

¿Por qué son más delicadas?

Pensemos en los ciclos de la naturaleza y en cómo sería el ambiente de una planta pequeña allí. En la naturaleza, una planta madre no produciría un nuevo vástago ni germinaría una semilla si las condiciones de temperatura, luz y humedad no fuesen las adecuadas. Una planta es prolífica cuando tiene la energía suficiente y sabe que sus «bebés» nacerán en condiciones perfectas, ideales para fortalecerse antes de que lleguen temporadas más complicadas.

Por ejemplo, si nos trasladásemos al suelo poblado de plantas recién salidas del sustrato, estas plantitas estarían al resguardo de decenas de hojas de otras plantas. Esta cubierta les aportaría protección y crearía un espacio con una temperatura y una humedad constantes, además de más altas.

¿Cómo cuidar una miniplanta?

El riego justo, y sobre todo la humedad ambiental, son muy importantes. Cuidar de plantas mini en primavera y verano es laborioso. Sus macetas pierden la humedad con rapidez, y, dado que el sistema de raíces de una miniplanta es más pequeño, si nos olvidamos de regarla durante mucho tiempo la plantita puede debilitarse, pero si la regamos mucho podemos ahogarla con más facilidad que una planta más grande.

En invierno tendremos que buscar una ubicación cálida y con buena luz para conseguir que una planta pequeña crezca y supere la temporada fría. En la naturaleza no tendría ese tamaño en unas condiciones tan arduas, por lo que no meterles prisa pero conseguir una ubicación templada con buena luz será de gran ayuda.

Trucos para plantas bebé

En el caso de que lo consideres necesario, las cúpulas e invernaderos pueden ser grandes aliados para ti y tu planta bebé. Ahí dentro se mantienen genial porque la temperatura y la humedad son constantes.

Es habitual que recibamos miniplantas en macetas pequeñas de cinco centímetros. Aunque parezca que las plantas poco pueden crecer ahí, no recomendaría cambiarlas hasta que la planta desarrolle varias hojas nuevas y veamos que las raíces asoman por debajo de la maceta. Una planta pequeña en una maceta pequeña puede

sorprendernos mucho. Dejemos que se adapte antes de trasplantarla.

Asparagus setaceus con un año y medio de crecimiento.

Vitrinas, invernaderos y cúpulas

Las vitrinas, invernaderos y cúpulas son espacios maravillosos para cultivar, recuperar o propagar plantas. Mantienen unas condiciones ambientales muy estables que los convierten en espacios con unas condiciones muy similares a las que tienen muchas

de nuestras plantas tropicales.

¿Para qué son buenos los miniinvernaderos?

- Germinar semillas.
- Resguardar plantas bebé.
- Recuperar plantas en mal estado.
- Mantener especies que necesitan más humedad.
- Aislar de posibles plagas (o encerrar plagas dentro, je, je).

Dentro de los miniinvernaderos hay más humedad ambiental, la temperatura es más estable, se anulan las corrientes de aire y las plantas quedan protegidas de posibles plagas. ¡Son entornos muy favorables para su desarrollo!

Hay muchas maneras de conseguir invernaderos caseros. Mientras el recipiente sea transparente, todo vale. Podemos emplear garrafas de agua grandes, táperes, cajas de almacenaje, casitas de papel film, tarros de cristal o botellas de plástico recortadas.

En ocasiones (como la cúpula de la imagen que hay a continuación) podemos crear terrarios eternos que ni siquiera necesiten abrirse para vivir, pero por lo general es recomendable ventilar cada pocos días para asegurar la renovación de oxígeno y evitar la aparición de hongos.

Tutores

Cuanto mejor reproduzcamos el hábitat natural de una planta, mejores serán su crecimiento y su aspecto. Es por eso por lo que se usan numerosos recursos para simular las condiciones en las que cada planta es más feliz. Un claro ejemplo son los tutores que usamos para nuestras plantas trepadoras.

Cuando privamos a una planta trepadora de su crecimiento ascendente, sus hojas no desarrollan un gran tamaño y es habitual que cuanto más crezcan, más se debiliten. En cambio, si les aportamos unas condiciones más favorables para su correcto crecimiento, podremos disfrutarlas en su máximo esplendor. Esto se debe a que las raíces aéreas, correctamente hidratadas y asentadas en un tutor, también alimentan a nuestra planta. Con todas esas raíces en funcionamiento, las hojas irán a más en vez de ir a menos. Aun así, es una opción personal, por lo que plantas como los *Pothos*, muchos *Philodendrons* o las *Monsteras* es habitual verlas crecer durante muchos años sin necesidad de un tutor.

Hay tutores de muchos estilos. Los hay que ya vienen hechos, como los tutores de fibra de coco, pero también los podemos hacer a mano combinando musgo, cortezas y otros materiales. También hay personas que no se complican la vida y emplean varas de bambú para sostener sus plantas en una posición vertical. A su vez, un tutor necesitará mantenimiento y cuidados. Debe mantenerse húmedo para asegurar la correcta salud de las raíces, y las maneras más efectivas de regarlos son las duchas y las pulverizaciones constantes, o bien algún sistema de autorriego.

Todas las plantas con raíces aéreas se beneficiarán del uso de un tutor y del correcto mantenimiento de este. Si lo humedeces cuando pierda humedad, las raíces se desarrollarán y las hojas de tu planta serán cada vez más grandes.

¿CUÁNDO PONER UN TUTOR?

En cuanto nuestra planta empiece a elevar el tallo del sustrato y las raíces aéreas empiecen a marcarse, ya podemos colocarlo.

PLANTASTIC TIP

Para colocar plantas de tallos alargados y no excesivamente gruesos en un tutor, lo adecuado es hacerlo siempre que la planta tenga sed. La razón es que en este momento sus tallos son más maleables y podremos adaptarlos con más flexibilidad a la forma que queramos darles sobre el tutor.

Estaciones

De la misma forma que las estaciones afectan a nuestros estados de ánimo y a la velocidad a la que corre el mundo, también afectan a nuestras plantas y a su velocidad de crecimiento. Soy muy melómana, y en cada estación me apetece disfrutar de música distinta junto con mis plantas. Esta es una pequeña selección:

PRIMAVERA: *Spring 1*, de Max Richter, Daniel Hope y Konzerthaus Kammerorchester Berlin.
VERANO: *Cambridge, 1963*, de Jóhann Jóhannsson.
OTOÑO: *Written on the Sky*, de Max Ritcher.
INVIERNO: *Ojalá tuviera cien años*, de Fernando Velázquez.

El transcurso del año y el cambio del clima es determinante para programar los cuidados y saber anticipar lo que las plantas van a necesitar. ¡El parte meteorológico será tu gran aliado para cuidarlas! Ya sabemos cómo afecta el ambiente exterior e interior a nuestras plantas, y conocer de antemano todas estas variables es el mejor método.

Si se acercan semanas de lluvia, ojo con los riegos esos días: quizás es mejor esperar. Si va a hacer mucho calor, enciende los humidificadores, rellena los platitos con agua y presta especial atención a las necesidades de riego de tus amigas verdes.

También puedes ir modificando las ubicaciones de tus plantas conforme van pasando las estaciones. Aunque a algunas es mejor no moverlas, para otras, si el cambio es a una ubicación mejor, puede marcar la diferencia entre superar o no las estaciones más

extremas, que son el verano y el invierno.

Primavera. A flor de piel...

El despertador suena y el desayuno huele a primavera. A veces una estación nos cambia el ánimo, nos activa y nos pone en marcha. Cada equinoccio de primavera es un día muy feliz para todas mis queridísimas personas amantes de las plantas. Y para las plantas es la mejor época del año, una época que se extenderá meses. Serán meses de aumento de luz, calor y color.

En primavera, las plantas se despiertan, y las más madrugadoras nos regalan indicios de vida. Las hay perezosas, pero a medida que las temperaturas vayan subiendo, también se despertarán, porque todas lo hacen. Poco a poco aumentan las horas de luz, y nuestras plantas lo notan. Empiezan a aumentar su velocidad de crecimiento y necesitarán dos cosas: todos los nutrientes necesarios y que nosotros dediquemos más tiempo a cuidarlas.

Lista de tareas para aprovechar al máximo la primavera

Así debes aplicar todos los meneos que has aprendido a lo largo de los capítulos anteriores:

- **TRASPLANTA TUS PLANTAS CON FALTA DE ESPACIO:** A partir de la primavera debemos proveer nuestras plantas del espacio suficiente para crecer todo lo que la temporada de crecimiento les permita.

- **AUMENTA POCO A POCO LA PERIODICIDAD DE LOS RIEGOS:** Con el aumento de las horas de luz y de las temperaturas, tus plantas empezarán a necesitar riegos con más frecuencia.

- **EMPIEZA LOS CICLOS DE FERTILIZACIÓN:** Para que el crecimiento sea sano, potente y abundante, no te olvides de alimentarlas.

- **HAZ ESQUEJES DE TODO LO QUE QUIERAS:** Los esquejes se desarrollan rápidamente en esta estación. La mayor parte de los esquejes que realices, en otoño ya serán plantitas nuevas.

- **MANTÉN LAS PLANTAS LIMPIAS:** ¡Se acercan las plagas! En primavera, no todo son buenas noticias. Las plagas también adoran esta estación y, aunque son más voraces en verano, muchas harán su entrada triunfal ahora. No dejes que tomen el control de tus plantas y mantenlas a raya con limpiezas periódicas.

Hay que mencionar que en primavera no solo se despiertan nuestras plantas. También lo hacen las floristerías y los viveros. El desfile de plantas variadas se concentra desde principios de primavera hasta finales de verano.

Verano. ¡Qué calor!

Durante el verano, los días son muy largos, las temperaturas altas y las lluvias escasas. En esta estación hay que tener especial cuidado con el descenso de la humedad ambiental, el calor excesivo, los riegos y la luz directa del sol, que puede quemar las hojas de nuestras plantas.

Algo que he aprendido desde que tengo plantas y de lo que antes no tenía ni idea es

que a veces las plantas pasan tanto calor que entran en reposos temporales. ¿Alguna vez en verano has regado las plantas de forma habitual y, en contra de lo que la lógica te diría, has visto que están tardando en secarse más de lo esperado? Esto ocurre porque, con las temperaturas extremas, los estomas de las plantas (algo así como sus poros, de lo que hablaremos más adelante) se cierran para evitar el exceso de transpiración. En ese momento, la planta priorizará la retención de agua en su organismo, cosa que puede paralizar algunas de sus funciones vitales. Ahora bien, cada planta tiene sus límites, y por eso es importante que en verano prestemos atención a los sustratos antes de regar, además de hacerlo en las horas con las temperaturas más amables, preferiblemente las mañanas.

También hay que tener cuidado con las plantas que están cerca de las ventanas. Durante otras estaciones, la suya ha sido una ubicación privilegiada en la que han podido crecer con mucha luz, pero en verano puede ser una trampa. Conoce los límites de cada planta antes de exponerla al sol directo. Prácticamente todas las tropicales son sensibles al sol directo fuerte, y si no queremos chamuscar sus hojas es mejor correr la cortina o alejarlas de la ventana.

¿Te vas de vacaciones?

Programa el riego

Si te vas durante poco tiempo, riega en el último momento, justo antes de dejar a tus plantas solas. Pero asegúrate de regar solo las que lo necesitan, ya que si riegas demasiado podrías pudrir las raíces, y además no habría nadie en casa para solventarlo. Entre regar de más y regar de menos, es preferible que las plantas pasen un poco de sed antes de que te vayas de vacaciones y regar justo en ese momento que realizar dos riegos demasiado seguidos.

Plant sitter

Si tienes programado un viaje largo, busca a alguien que cuide tus plantas en tu ausencia. Quizás tienes un vecino, amigo o familiar amante de las plantas y que sepa exactamente qué debe hacer para cuidar de tus amigas verdes en tu lugar. En el caso de que la persona que te pueda ayudar sea inexperta, es mucha responsabilidad el decidir si debe o no regar las plantas, y si tiene dudas posiblemente lo haga. Especifícale a tu maravilloso ayudante que las revise y que riegue solo si el sustrato está seco y la planta lo necesita. En caso de duda, si tu destino te lo permite, pídele que te envíe una foto antes de regarlas. Aunque esta recomendación te pueda parecer

excesiva, he oído demasiados casos de asesinatos de plantas en manos de ajenos inexpertos como para no dejar este consejillo por escrito.

Reduce la intensidad de la luz y aumenta la humedad ambiental

Si no dispones de ayuda ni de sistemas de autorriego, puedes reducir la luz del ambiente con cortinas o alejar las plantas de las ventanas para reducir su actividad. Además, si pones todas las plantas juntas aumentará la humedad ambiental y aguantarán hidratadas más tiempo. Es una práctica un poco arriesgada, pero a mí me funcionó durante unas vacaciones cortas de una semana (mis condiciones climatológicas lo permitieron, aunque cada lugar es distinto). Hay que tener en cuenta también las necesidades de cada planta y el tamaño de estas. Cuanto más pequeña sea la maceta, menos tiempo aguantarán sin nosotros.

Usa sistemas de autorriego

Si te vas de vacaciones, también puedes emplear sistemas de autorriego para que tus plantas dispongan de agua al gusto. Existen muchas opciones en el mercado que es recomendable probar antes de irte de tu verde hogar para identificar cuál se adaptará mejor a ti y a tus plantas, ya que no todos los sistemas tienen la misma duración o efectividad.

- **OLLAS DE AUTORRIEGO:** Son compartimentos, normalmente de cerámica o terracota, que se entierran en el sustrato. Tienen un depósito de agua en su interior que se libera lentamente.

- **MACETAS DE AUTORRIEGO:** Macetas con un depósito en inmersión del cual la planta va bebiendo según lo necesita.

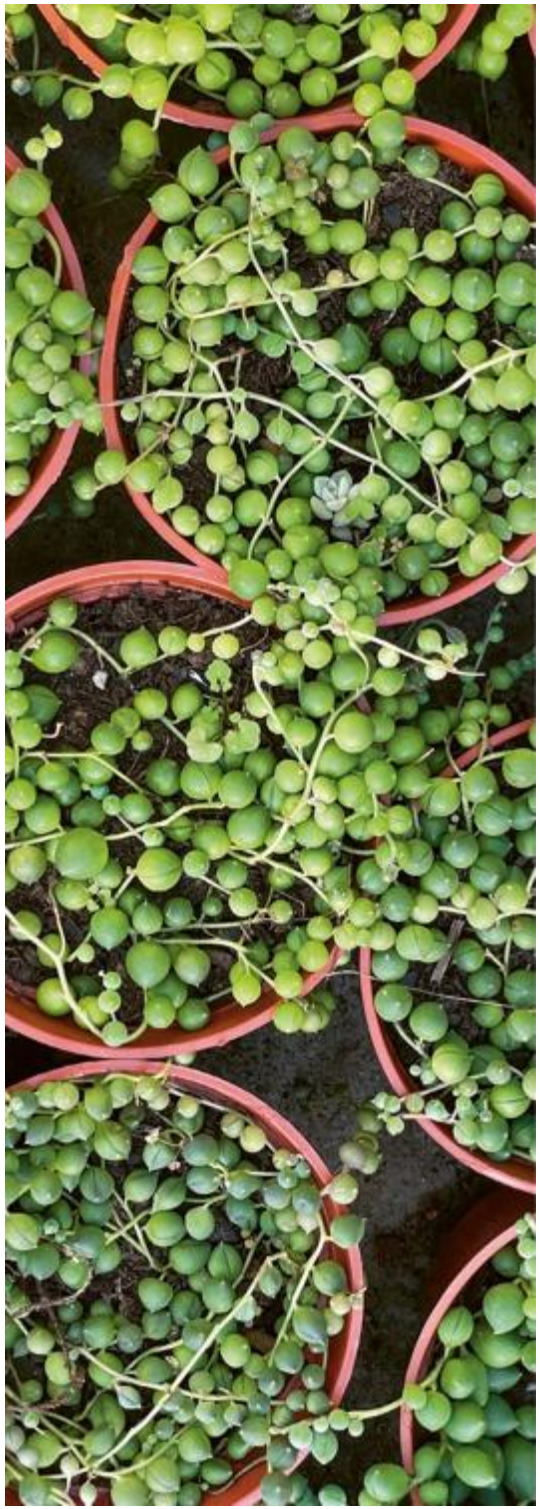
- **SISTEMAS CASEROS DE AUTORRIEGO POR CAPILARIDAD:** Existen varios sistemas de autorriego a base de cordones de algodón conectados con el sustrato de nuestras plantas y con un recipiente de agua. Hay muchos tutoriales en internet donde puedes aprender a usarlos.

- **POLÍMEROS HIDROABSORBENTES:** Son polímeros de hidrogel biodegradables que almacenan agua en su interior y la liberan lentamente según el sustrato va perdiendo humedad. Pueden colocarse en la superficie de la maceta o dentro del sustrato.

- **SISTEMAS CASEROS POR INMERSIÓN:** También puedes dejar tus plantas en un

recipiente con una base de agua.

Cuando uses estos sistemas, el sustrato de tus plantas y su ubicación deben ser los adecuados. Si hubiese algún problema con el sustrato o la ubicación, podrías encontrarte alguna que otra sorpresa desagradable al regresar de tu viaje.



La vuelta

A la vuelta podemos encontrarnos varias sorpresas. Mi recomendación es empezar con una inspección de plagas. Cuando la humedad ambiental baja y las plantas pasan sed o estrés, es habitual que los polizones indeseados se adueñen de nuestras plantas. También recomendaría realizar, siempre que sea necesario, un buen riego por inmersión que humedezca intensamente el sustrato de nuestras plantas más sedientas.

Otoño. ¿Bajamos las revoluciones?

Así como el verano puede ser un poco agotador con los riegos, el otoño puede brindarnos una época casi primaveral, perfecta para que nuestras plantas empiecen a reposar mientras nos acercamos al invierno con calma. Las horas de luz y la temperatura irán disminuyendo paulatinamente y también las necesidades de algunas de nuestras plantas. Y digo «algunas» porque las habrá que se activen en esta época, como los ciclámenes, pero esta no será la norma general para nuestras tropicales de interior. En otoño, debemos estar especialmente atentos, porque es una estación que puede dar sorpresas. Por ejemplo, podemos encontrarnos con un otoño inusualmente caluroso durante el que nuestras plantas seguirán creciendo a buen ritmo.

Un fenómeno típico del otoño es que haya plantitas que pierdan algunas hojas. Esto no tiene que preocuparnos, pues se debe a que reciben menos energía y en muchos casos no pueden mantener tanta frondosidad como en primavera o verano. En otoño, algunas plantas bulbosas o rizomatosas, como por ejemplo *Oxalis*, *Caladiums* y en algunos casos *Alocasias*, empiezan a ponerse en *stand by*, a hacer una especie de hibernación. Algunas personas prefieren extraer sus bulbos del sustrato hasta la próxima temporada y otras los dejan en su maceta esperando el momento de su reactivación. El bulbo o rizoma, sea en maceta o fuera de ella, debe mantenerse en un lugar fresco y seco para evitar que se pudra. Si se retiran, deben airearse hasta que pierdan la humedad y luego enterrarlos en perlita hasta la próxima temporada.

Lista de tareas otoñales

- **DISMINUYE POCO A POCO LA PERIODICIDAD DE LOS RIEGOS:** Cada vez hay menos

horas de luz, por lo que las plantas pedirán cada vez menos riegos.

- **REALIZA LOS ÚLTIMOS PREPARATIVOS EN LOS SUSTRATOS PARA QUE ESTÉN CORRECTAMENTE AIREADOS EN INVIERNO:** Aprovecha el inicio del otoño para trasplantar aquellas plantas que lo necesiten. Aún estás a tiempo y es una buena época para hacerlo.

- **REVISA SI HAY SETAS EN EL SUSTRATO:** Es hora de prepararnos para una época húmeda y templada, así que es habitual que aparezcan. No son preocupantes, pero te están indicando que ese sustrato necesita más ventilación.

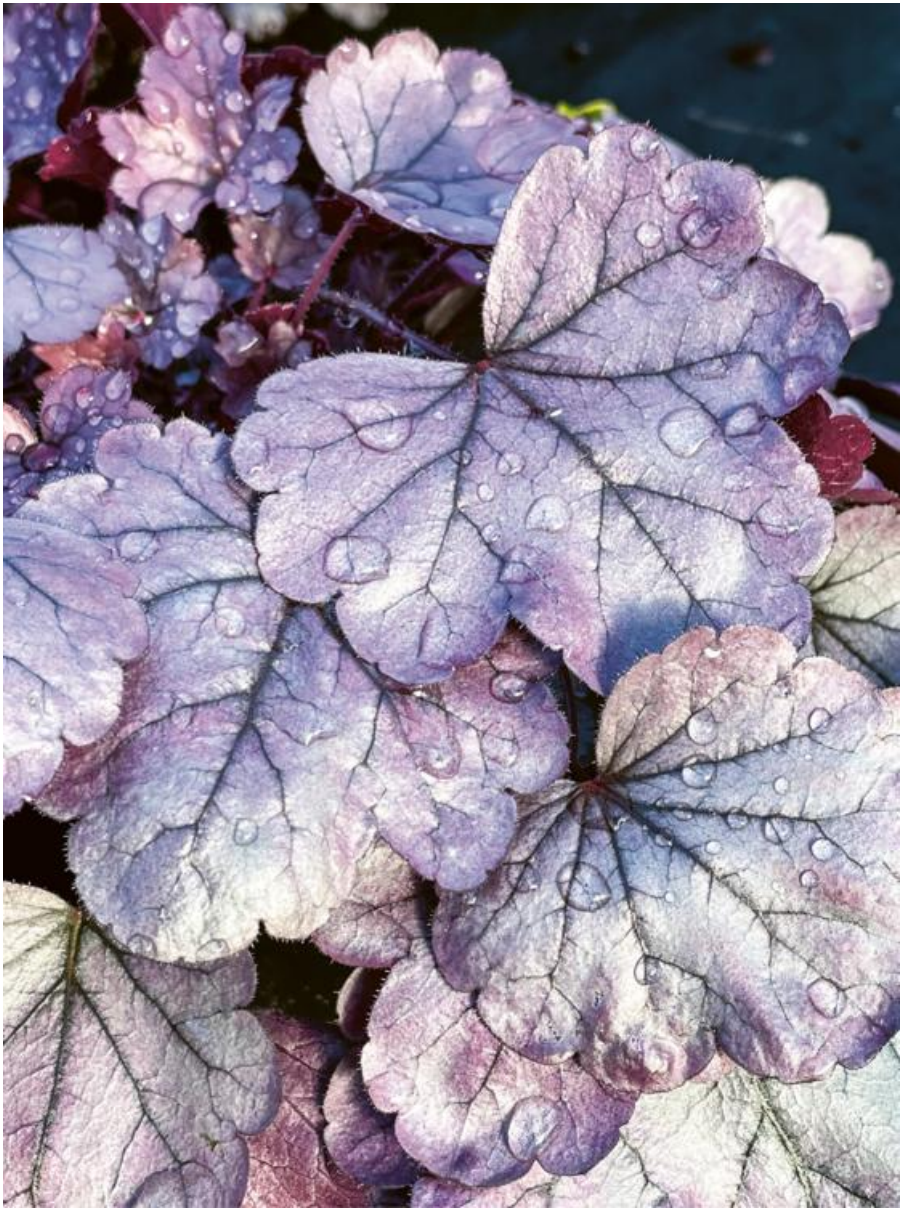
- **LAS HOJAS AMARILLAS SON TENDENCIA:** Como los árboles, puede que alguna de tus plantas pierdan hojas. Asegúrate de que entran en el invierno limpias de hojas en mal estado.

- **ABONADO FORTALECEDOR:** No te olvides de que en invierno las plantas pueden debilitarse. Mientras sigan creciendo, será importante continuar realizando las fertilizaciones, aunque las espacies más en el tiempo.

Invierno. ¿Quién ha apagado la luz?

Las plantas también pasan frío, así que aparca la regadera. Con las pocas horas de luz que nos brindan los días en invierno, es posible que las plantas que necesitaban riegos cada pocos días ahora puedan aguantar varias semanas. Revisa siempre las señales

antes de volver a regar y déjalas secar entre riegos.



¿Las plantas de interior reposan?

Durante el invierno, el sol no incide sobre nuestro hemisferio tan directamente como en verano, y eso provoca que bajen las temperaturas. Esto puede paralizar algunas plantas y mantenerlas en una situación casi de letargo, pero otras nunca se duermen del todo. Si tu planta sigue creciendo, debes continuar fertilizándola por lo menos una

vez al mes. El crecimiento en temperaturas frías o con menos luz no será el mismo que en condiciones ideales: posiblemente será más lento y en muchos casos con hojas de diferentes tamaños y tonalidades. En las plantas más frioleras el invierno puede incluso provocar que las hojas crezcan con heridas o deformaciones. Si crees que la planta está pasando frío, cámbiala a una ubicación más cálida y mejor iluminada.

Lista de tareas para los meses más fríos

- **OBSERVA MUCHO Y HAZ POCO:** Es época de aparcar la regadera y guiarte por las señales de tus plantas.
- **PODA:** Muchas plantas, como los ficus, pueden podarse en invierno, cuando están en reposo vegetativo, para que entren en la primavera preparando nuevas ramificaciones.
- **CORRIGE:** Si riegas demasiado alguna planta y se debilita en exceso, puedes hacer un trasplante para reducir el tamaño de su maceta.
- **SI TIENES RADIADORES O CHIMENEA, AUMENTA LA HUMEDAD AMBIENTAL:** Todo sistema de calefacción reseca el ambiente y afecta a las plantas. Mantén la humedad ambiental pulverizando tus plantas por las mañanas, para que no sufran tanto el ambiente seco.
- **RECUERDA QUE TAMBIÉN ES ÉPOCA DE PLANTAR:** Prepara los bulbos primaverales, porque muchos deben plantarse antes de las primeras heladas.

¡Que la fotosíntesis no pare, no pare, no!

Si no quieres que tus plantas dejen de crecer y sufran tanto la falta de horas de luz, puedes instalar luces de crecimiento. También existen mantas térmicas para mantener el calorcito del ambiente y del suelo. O puedes activar tus plantas metiéndolas en vitrinas y pequeños invernaderos bien iluminados y con temperaturas estables.

Preguntas frecuentes

Ficus triangularis.

¿Es bueno dormir con plantas en la habitación?

A lo largo de nuestras vidas, una de las cosas que más nos han repetido sobre las plantas es que no debemos ubicarlas en la habitación en la que dormimos porque por la noche consumen oxígeno. Pues bien, ¡resulta que eso es un mito! La realidad es que nosotros consumimos muchísimo más oxígeno que cualquier planta. Además, parece que nos olvidemos de que durante el día las plantas nos aportan oxígeno.

El motivo por el que existe este mito es que por la noche las plantas respiran «como nosotros», es decir, consumiendo oxígeno y expulsando CO_2. Pero por esa regla de tres tampoco sería seguro dormir con tu pareja, tu perro o tu gato. No existe absolutamente ningún peligro por dormir con otro ser vivo, incluidas las plantas. ¡Ninguno! Así que si no sabes si dormir con plantas o no, la única pregunta que debes hacerte es…: ¿dónde las pongo? Y puede que también: ¿la maceta combina con la colcha de la cama?

¿Mi planta se está moviendo?

Algunas de nuestras plantas se mueven a lo largo del día en respuesta a los estímulos del exterior. Estos movimientos se llaman «nastias» y el fenómeno por el que se producen, «fotonastia». No debemos confundirlos con el crecimiento de una planta en la dirección de una fuente de luz, llamado «fototropismo». Las nastias son movimientos perceptibles y constantes a lo largo del día y la noche.

Las nastias que más vamos a disfrutar en nuestras plantas de interior son las denominadas «nictinastias» o «movimientos del sueño», que son una reacción a la luminosidad del espacio. Las hojas se posicionarán en dirección a la fuente de luz más fuerte para aprovechar toda la luz posible durante el día. Y por la noche la planta cerrará sus hojas para protegerse del frío con la caída de las temperaturas.

¿Qué pasa si mi planta no se mueve?

Si tu planta no realiza los movimientos que suele ejecutar normalmente, es una señal que debes tener en cuenta. Párate un momento a diagnosticar su situación actual: es probable que tu planta haya dejado de moverse porque está debilitada, tiene sed o calor, haya sido atacada por una plaga…

Calathea lancifolia.

¿Por qué llora mi planta?

Para entender por qué se da la gutación (la expulsión de gotas a través de las hojas de las plantas) debemos hablar de los estomas. Los estomas son, dicho de una forma muy básica, los poros de una planta. A través de los estomas, nuestras plantas transpiran continuamente el agua que fluye desde las raíces hasta las hojas en forma de vapor de agua (por eso para aumentar la humedad ambiental es recomendable juntar varias plantas).

Pero los estomas no están siempre abiertos. Cuando las plantas no tienen suficiente luz, tienen mucha sed o hace mucho calor, se cierran, y eso aumenta la presión en el interior de nuestras plantas. La gutación es un mecanismo de defensa frente a esta presión que se da cuando el sustrato está húmedo, normalmente la mañana después de haberlas regado. Al no transpirar, la presión de los tejidos de nuestra planta aumenta, y ella, para no dañarse, libera el exceso de agua con el fenómeno de la gutación.

La pregunta del millón: ¿la gutación es mala?

En principio, la acumulación de estas gotas de agua en las hojas es inofensiva. Pero si se estanca puede no serlo, ya que cuando el agua se evapora las sales y otros elementos del agua se estancan, y a la larga provocan necrosis, manchas blancas y otros problemas.

¿Solución? Sacude tus plantas cuando las veas transpirar. Con «secarles las lágrimas» será suficiente…, aunque, técnicamente, ¿no les estarías secando el sudor?

¿Por qué mi planta tiene hojas amarillas?

Una hoja amarilla significa que la fotosíntesis ha dejado de realizarse en esa hoja y debe cortarse. Las hojas amarillas nunca se recuperan y son una de las primeras señales de alerta que observamos en nuestras plantas cuando somos principiantes. Pero no pasa nada: ¡no siempre significan algo malo! Conozcamos las razones por las que puede aparecer una hoja amarilla y cómo proceder en ese caso.

Hagamos un diagnóstico

Una hoja puede volverse amarilla por las siguientes razones:

- **HOJAS VIEJAS:** Las hojas tienen ciclos y envejecen. Es un proceso natural de la planta y en la naturaleza también pasa constantemente. No hay de qué preocuparse.

- **PRESENCIA DE PLAGAS:** Los *trips* o las arañas se alimentan de nuestra planta a nivel foliar hasta consumirla.

- **FALTA DE ESPACIO EN LA MACETA:** Cuando una planta se queda sin espacio en su maceta y no puede ampliar su sistema radicular prioriza el nacimiento de hojas nuevas sobre el mantenimiento de hojas antiguas.

- **EXCESO O FALTA DE RIEGO:** Una de las razones más habituales es que hayamos olvidado regar nuestra planta o la hayamos regado inadecuadamente.

- **CONDICIONES AMBIENTALES:** Algunas plantas, cuando están junto a corrientes de aire frías o calientes, pueden perder sus hojas. Las temperaturas más frías del invierno también pueden provocar que se caigan algunas hojas. Se trata de un proceso natural, pues a veces las plantas no pueden mantener con la luz y la temperatura del momento todo el sistema que tienen, pero si se mantienen sanas durante el invierno, nuevas hojas resurgirán durante la primavera.

¿Qué hago si a mi planta le salen cicatrices?

Las plantas también pueden lastimarse, curarse y cicatrizar. Se queman, se rompen, se rozan, se rascan y se quiebran. Todas estas heridas no desaparecerán. Pero, como suele decirse, las cicatricen aportan personalidad, ¿no? La mayoría de las hojas con heridas siguen realizando perfectamente la fotosíntesis y no suponen un riesgo para la salud de nuestra planta. Solo una advertencia: como cualquier herida, debemos evitar pulverizarla y mantenerla excesivamente húmeda mientras esté cicatrizando.

Cuando realizamos esquejes, dejamos que los cortes cicatricen. Cuando un hongo, una plaga o un daño mecánico ha lastimado nuestra planta, quedarán marcas en las hojas. Ninguna de estas heridas le provocará ningún perjuicio a la planta después de cicatrizar. Podemos cortar esas hojas o recortarlas; ambas opciones son correctas. Pero a mí, si la hoja tiene más proporción de superficie sana que lastimada, me gusta conservarla, porque eliminarla sería una decisión meramente estética.

No midamos la belleza de una planta por sus cicatrices. Una planta con marcas ya es perfecta.

Plantas para...

principiantes

Las plantas fáciles se caracterizan por adaptarse casi a cualquier condición de luz indirecta y por resistirse a nuestros olvidos. Aun así, debemos tener en cuenta que no son inmortales: un exceso de riego o un cultivo muy erróneo también puede darnos algún que otro problemita.

Scindapsus pictus
Pothos Neon
Oxalis triangularis
Philodendron Brasil
Aspidistra elatior
Yucas
Sansevieria

coleccionistas

A los amantes de las plantas más experimentados nos gusta encontrar especies raras, y muchas veces relacionamos el nivel de su rareza con su precio en el mercado. Pero hay ciertas especies amables con el bolsillo y a la vez dignas de muchas vitrinas. Si eres coleccionista, seguro que sabes qué cuidados necesitan.

Sinningia leucotricha

Begonia brevirimosa
Anthurium warocqueanum
Sophora prostrata
Ficus triangularis
Macodes petola
Philodendron gloriosum

poca luz

Si tienes una casa con ubicación norte o con poca luz, las siguientes plantas se adaptarán bien a estas condiciones. Pero no lo olvides: pueden sobrevivir con poca luz, pero nunca sin ventanas.

Saintpaulia o violeta africana
Dracaena fragans Lemon Lime
Zamioculca zamiifolia
Helecho macho
Asparagus setaceus
Maranta leuconeura Fascinator
Pothos

pleno sol

La luz directa de ubicaciones exteriores o ventanas expuestas al sol no es apta para muchas de nuestras plantas de interior. Si quieres plantas resistentes al sol directo durante horas, escógelas bien.

Opuntia microdasys
Lavanda
Geranio
Agave
Hibisco

Echeveria
Albuca spiralis

el baño

Dependerá directamente de la ubicación de tu baño y de la exposición de luz que reciba. Teniendo este detalle en cuenta, los baños son una zona de nuestro hogar con una humedad extra que muchas tropicales disfrutarán especialmente.

Nephrolepis exaltata
Calathea warscewiczii
Philodendron scandens o filodendro trepador
Monstera adansonii
Ctenanthe burle marxii
Spathiphyllum o espatifilo
Plantas de aire

el dormitorio

Para el dormitorio es común seleccionar plantas con una especial capacidad de purificar el aire, aunque en mayor o menor medida todas son capaces de mejorar el aire de nuestra habitación. Yo pondría cualquiera que se adapte a la decoración de tu dormitorio. Algunos ejemplos:

Chlorophytum comosum o cinta
Sansevieria
Ficus elastica
Pothos Marble Queen
Calathea orbifolia
Alocasia zebrina
Stromanthe Triostar

habitaciones grandes

Si tienes mucho espacio y quieres plantas que puedan llenarlo, estas son algunas de las especies que más pueden crecer en interior con las condiciones adecuadas:

Monstera deliciosa
Strelitzia nicolai
Dieffenbachia banana
Ficus elastica Tineke
Dypsis lutescens o palmera areca
Pachira aquatica
Nephrolepis biserrata

colgar

Muchas especies de porte colgante agradecerán que las suspendamos de macetas ancladas al techo o que las pongamos en balcones y estanterías y dejemos que se abran en cascada.

Ceropegia woodii
Hoya linearis
Senecio rowleyanus
Hoya bella
Cleistocactus colademononis
Tradescantia Nanouk
Sedum sieboldii

Guía de plantas

Aquí trataremos los cuidados básicos necesarios para mantener algunas de las plantas de interior más comunes. Las plantas pueden adaptarse a nuestros espacios de múltiples maneras y nos harán saber cómo llevan su adaptación. Es importante tener en cuenta que los cuidados pueden variar, como hemos visto en los capítulos anteriores, con las estaciones, la ubicación, nuestras costumbres… Ya sabes: ¡tu jungla, tus normas!

¿Qué información encontrarás en la entrada de cada planta?

- **CUIDADOS BÁSICOS:** Trataremos cada planta teniendo en cuenta las señales perceptibles que comparta con nosotros para determinar si tiene las condiciones suficientes de luz, humedad, temperatura…

- **RECETAS DE SUSTRATOS:** Las recetas compartidas son aquellas que a mí me han servido para cuidar mis plantas y mantenerlas sanas durante toda una temporada. Pueden servirte de guía para crear tus propias recetas.

- **TRASPLANTES Y PROPAGACIONES:** Cada planta puede propagarse de una manera distinta. Si en una entrada te surgen dudas con los conceptos, revisa el apartado de propagación (véase en el capítulo Cuidados esenciales: nos adentramos en la jungla).

- **PROBLEMAS COMUNES:** A lo largo de mi experiencia he visto cómo algunos problemas se repiten en muchas plantas. Eso me ha dado una pequeña guía de cómo prevenirlos, evitarlos e intentar identificarlos.

Cultivemos y cuidemos nuestras plantas mientras nos cuidamos a nosotros para tener el equilibrio perfecto entre jungla, hogar, autoexigencia y bienestar. No nos frustremos si no obtenemos las condiciones ideales para nuestras plantas todo el tiempo. Nos mandarán señales y podremos ir adaptándonos a ellas mientras ellas se acostumbran a nosotros.

TÓXICA
NO TÓXICA
LUZ
HUMEDAD AMBIENTAL
RIEGO
PROPAGACIÓN
TRASPLANTE
SUSTRATO

Alocasia

ORIGEN
Asia y Australia tropical

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

Las *Alocasias* son plantas perennes muy deseadas por su belleza foliar. Cada especie puede variar mucho la forma, el color y el tamaño de sus hojas. Son plantas de crecimiento rápido, y, con los cuidados adecuados, pueden llegar a triplicar fácilmente su tamaño en solo una temporada.

Su estructura nace desde un tallo rizomatoso o bulbo principalmente subterráneo, con peciolos alargados en los que culminan sus llamativas hojas. Por su condición rizomatosa debemos prestar especial atención a lo que hay bajo tierra: ese tallo bulboso es la parte más importante de la *Alocasia*, pues de su salud dependerá el aspecto de nuestra planta.

Indirecta alta brillante
Para esta planta, no escatimes en lo que a luz se refiere. Su crecimiento está muy condicionado a una posición privilegiada, siempre cerca de la ventana y sin exposición directa a los rayos del sol.

Media

Le gustan las pulverizaciones, pero no es extremadamente exigente. Si la humedad ambiental en tu casa baja del 50%, asegúrate de que no pase sed y aumenta la humedad ambiental para evitar que se le sequen las puntas de las hojas.

Moderado

Dejar secar entre riegos. No toleran encharcamientos, ya que el rizoma y las raíces se pueden pudrir. Dada la aireación del sustrato, es recomendable emplear el riego por inmersión para asegurar la correcta humidificación de todo el sustrato.

División de rizoma

A maceta más grande:

Cuando la planta ha ocupado el cepellón del sustrato de raíces y la humedad del sustrato se consume en menos de cuatro o cinco días.

A maceta más pequeña:

Si la planta ha perdido muchas hojas o presenta un problema de exceso de riego.

Aireado y drenante

40% de fibra de coco
20% de corteza de pino
30% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Temperatura

Las *Alocasias* son plantas frioleras. En invierno, cuando las temperaturas bajan de su media deseada, es habitual que el rizoma entre en reposo y la planta deje morir algunas o todas sus hojas. No te preocupes, lo que ocurre es que no tiene la energía necesaria para mantener esas hojas y las está desechando, pero rebrotarán en primavera. Es de suma importancia que en este momento reduzcas considerablemente

los riegos.

Plagas

La plaga que suele afectar más a la *Alocasia* es la araña roja (véanse fotos en el apartado Plagas, capítulo Cuidados esenciales: nos adentramos en la jungla), pero tampoco se libra de la visita de algunas cochinillas o *trips*. Mantener sus hojas limpias es importante para prevenir estas invasiones.

Riego

Problema: pudrición de raíces

Cuando se pudren las raíces por exceso de riego, en consecuencia aparecen hongos foliares (en forma de manchas negras con un halo amarillo).

Solución

Deja de regar y airea el sustrato con una varilla para eliminar lo más rápido posible el exceso de humedad. En casos extremos, retira el sustrato y analiza las condiciones del bulbo. Si el bulbo está sano, puedes reducir el tamaño de la maceta y cambiarla a un sustrato más aireado. Si el bulbo está blando, corta con una herramienta desinfectada por encima de la zona afectada y deja cicatrizar en un ambiente fresco y seco. En ambos casos es preferible emplear cúpulas que aumenten la humedad ambiental y así reducir al máximo los riegos hasta que rebroten hojas nuevas.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

He observado que las *Alocasias* prefieren macetas pequeñas, sustratos aireados, ubicaciones luminosas y que perdamos el miedo a dejar secar el sustrato entre riegos. Esta planta puede pasar sed sin que los bordes de sus hojas se sequen. Usa ese margen para conocer a tu planta y descubrir cada cuánto quiere que la riegues. Mientras lo descubres, mantén sus hojas limpias y brillantes.

Aspidistra elatior

ORIGEN
África suroriental

FAMILIA
Asparagaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Muy fácil

LUZ

AGUA

La *Aspidistra* es la planta perfecta para cualquier rincón con poca iluminación. No es nada exigente y eso hace que fácilmente se pueda heredar de generación en generación. Soporta la sequedad ambiental sin muchos problemas. Uno de los pocos mimos que vas a tener que dedicarle es mantener sus enormes hojas limpias de polvo y plagas, y usar un sustrato aireado que se seque entre riegos para no dañar sus raíces.

Separación de mata

50% de fibra de coco
20% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Las plagas más habituales son la araña roja o la cochinilla lapa.

Anturio

Anthurium

ORIGEN
América del Sur tropical

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

Los *Anthuriums andreanum* son muy conocidos como plantas de interior desde hace varias décadas. Últimamente se están introduciendo en nuestras casas especies nuevas como el *Anthurium clarinervium*, que nos cautiva con sus hojas de tacto aterciopelado y buen grosor, y no tanto por sus espatas (comúnmente denominadas «flores»). Hay más de quinientas especies de *Anthuriums*, y no todas necesitan los mismos cuidados ni crecen de la misma forma. Dependiendo de la especie que tengas, puede ser más o menos exigente.

Se trata de plantas perennes de raíces gruesas, carnosas y de tallos únicos. Los peciolos alargados sostienen hojas de tamaño mediano/grande de formas y texturas muy variadas. Una peculiaridad del anturio es que al final de ese peciolo, sosteniendo la hoja, hay una sección móvil que permite a la hoja moverse lentamente hacia zonas mejor iluminadas. Es decir, estas plantas pueden colocar sus hojas en distintas

direcciones, incluso totalmente perpendiculares al suelo, y la inclinación estará motivada por la dirección de la luz.

Indirecta

Los *Anthuriums* no son las plantas más exigentes en términos de luz, pero todo dependerá de la especie que tengas entre manos. Un anturio comprado para floración necesitará más luz que aquellos que adquirimos únicamente por su belleza foliar. Si tiene peciolos desproporcionadamente largos significará que necesita más luz de la que le estás dando.

Media

Gracias al grosor de sus hojas, los anturios más comunes pueden resistir la humedad normal de un hogar. Como cualquier planta tropical, si la humedad es muy baja y pasa sed, sus hojas pueden presentar puntas quemadas, por lo que aumentar la humedad del ambiente será siempre beneficioso.

Moderado

Es importante dejar secar entre riegos. El sustrato que me gusta emplear para un *Anthurium* es muy aireado, por lo que, por lo menos en el primer riego tras un cambio de sustrato, recomiendo realizar el riego por inmersión para asegurar una correcta hidratación de todos los materiales. Si tu planta tiene sed enrollará sutilmente las hojas, que estarán lánguidas al tacto.

Vegetativa

Cortando el tallo entre dos nudos.

A las raíces de un *Anthurium* sano no les da miedo el espacio. En época de crecimiento, cuando estas raíces llenen el cepellón de la maceta, podemos escoger una de un tamaño cuatro dedos más grande que la anterior. Es aconsejable ir controlando el crecimiento poco a poco, ya que en condiciones ideales la planta tiene un crecimiento de raíces mayor que las hojas, y una maceta muy grande, a la larga, puede no facilitarnos su cuidado.

Aireado y drenante

40% de fibra de coco
40% de corteza de pino
10% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Temperatura

¿Alguna vez te has preguntado por qué tu anturio no florece? Para florecer necesita unas condiciones perfectas de temperatura y luz. Busca una ubicación que se adapte a él y no te olvides de nutrirlo al comienzo de la primavera.

Plagas

Las plagas más habituales son la araña roja o los *trips*.

Riego

Problema: exceso de riego

Si no dejas tiempo suficiente entre riegos puedes provocar un exceso de agua, con la consecuente pudrición de raíces, que puede provocar la aparición de hongos foliares.

Solución

Detén los riegos hasta que las manchas foliares dejen de extenderse. En casos extremos de pérdida de hojas, cambia el sustrato y reduce los riegos.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

El *Anthurium* es una planta resistente a las ausencias de riego. Quitando algunas especies más caprichosas, los más habituales pueden vivir adecuadamente en nuestros entornos.

Estos cuidados pueden sufrir variaciones dependiendo del que tengas a tu cuidado. Por ejemplo, el *Anthurium warocqueanum* o el *Anthurium crystallinum* prefieren una alta humedad ambiental y temperaturas siempre templadas para estar perfectos. ¡Y hay muchas variantes distintas a nuestro alcance! Revisa siempre si la que tienes en casa es más exigente de lo común.

Anthurium crystallinum Silver Blush.

Begonia

ORIGEN
América, África y Asia tropical

FAMILIA
Begoniaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Alta

LUZ

AGUA

La begonia es una de las familias más numerosas del mundo de las plantas de interior. Existen más de mil especies y los botánicos las han cruzado tanto entre ellas que, además, hay millares de híbridos diferentes. Es una planta que prefiero considerar difícil por la delicadeza que presenta frente al riego. Como con todas las plantas, si tienes el sitio perfecto para ella y le pillas el punto será una maravilla, y sus hojas y flores te acompañarán mucho tiempo.

Hay diferentes tipos de begonias: begonias arbustivas, begonias de cera (o *Begonias semperflorens*), begonias de caña, begonias rizomatosas (o *Begonias rex*) y begonias tuberosas. No todas son iguales, y por lo tanto también hay ciertas diferencias en los cuidados que necesitan.

Entre estas plantas podemos encontrar diferentes necesidades de luz (por ejemplo, las *Begonias semperflorens* son más felices en un jardín parcialmente soleado), de crecimiento (las arbustivas producen numerosos tallos secundarios), de estructura (las de caña crecen a lo alto en un único tallo) o de tamaño (las *Begonias rex* carecen de

tallo y tienen un porte herbáceo y otras tienen tallos que crecen en longitud). Y entre todas ellas hay coincidencias y diferencias. De ahí la dificultad de especificar una única forma de cuidarlas a todas. Pero en términos generales y básicos, a lo largo de mi experiencia con varias begonias de caña, rizomatosas y arbustivas hay ciertos cuidados comunes que las mantienen sanas y en constante crecimiento.

Indirecta alta brillante

Primera línea de playa. Protégelas del sol directo, pero no las alejes de una ventana luminosa. Te avisarán de si necesitan más luz con la intensidad del color de sus hojas. Si notas colores apagados y poco llamativos o peciolos muy alargados, es posible que necesiten más exposición.

Alta

No se recomienda pulverizarlas porque tienden a sufrir hongos foliares, pero sí que agradecen una gran humedad ambiental. Debes ubicarlas en un espacio ventilado para evitar la aparición de hongos y a la vez alejarlas de las corrientes de aire que puedan resecar el ambiente y perjudicar la estética de sus hojas.

Moderado

Recomiendo que observes tu begonia y dejes que el sustrato se seque entre riegos. Analízala y no riegues hasta identificar una cierta flojera en los tallos y peciolos y pérdida de turgencia en las hojas. Una vez identificada esa señal infalible, no tardes mucho en regar, porque si no será probable que algunas hojas se sequen y debas retirarlas. Si te retrasas mucho, te arriesgas a la aparición de hongos por debilitación de la planta.

Mi riego ideal para ellas es la inmersión: así proteges las hojas de salpicaduras a la vez que aseguras una correcta hidratación del sustrato.

Hoja, esqueje o división de rizoma

El tipo de propagación dependerá del tipo de begonia.

La begonia es amante de los espacios reducidos y las macetas pequeñas. Un indicador de que ha llegado el momento de trasplantarla es la frecuencia con la que requiera los

riegos.

20% de fibra de coco
20% de sustrato de cactus y suculentas
20% de corteza de pino pequeña
20% de perlita
10% de vermiculita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Temperatura

Las begonias toleran bien las temperaturas mínimas medias de una casa, pero no tanto las máximas del verano, cuando se superan los 28º. Son plantas que sufren bastante la sequedad ambiental y las temperaturas elevadas. Si donde vives el verano es muy abrasador, trata de ubicarlas en un espacio fresco de tu casa sin sacrificar la luz indirecta.

Plagas

La plaga que suele afectar más a las begonias es la cochinilla algodonosa. Como dato curioso, una de las funciones de los pelillos de muchas begonias en sus tallos y hojas es la protección contra las plagas. Aun así, ¡pueden no librarse!

Hongos

Los hongos son el mayor enemigo de las begonias, sobre todo el oídio. Presta atención a las manchas de las hojas de una begonia, por muy sutiles que sean. En caso de avistar una infección de hongos, es recomendable emplear un fungicida sistémico además de retirar las hojas que tengan manchas visibles.

Riego

Problema: exceso de riego

La pudrición de raíces por exceso de riego provocará la caída o necrosis de las hojas de nuestras begonias.

Solución

La recuperación de una begonia requiere paciencia. Puedes intentar modificar tu error, reducir riegos y recuperarla en su maceta original, reducir el tamaño de la maceta o

intentar propagar las partes sanas que queden de la planta.

Esta es la misma *Begonia* Chayo de la imagen grande, pero un año antes.

Begonia maculata.

Cactus

Cactaceae

ORIGEN
América

FAMILIA
Cactaceae

TÓXICA
Revisar por especie

DIFICULTAD
Baja

LUZ

AGUA

¡Es la planta más famosa del mundo! Puede que alguien no sepa lo que es un *Pothos* o una *Monstera*, pero todo el mundo sabe lo que es un cactus. Son resistentes, preciosos y muy variados. Existen más de mil especies de cactus, y los hay que prefieren los desiertos y otros que prefieren climas más tropicales. En este texto trataremos los cactus desérticos más habituales. Si quieres aprender sobre los cactus tropicales, puedes consultar otras fuentes.

Los cactus son una familia del mundo de las plantas realmente fascinante, y si los cuidas adecuadamente incluso florecerán en tu casa y te enamorarás de ellos. Hay varias cosas que debes saber para mantenerlos sanos y bonitos. Estamos acostumbrados a ver a los cactus formar parte de la decoración de estanterías. La razón principal que suele darse para ello, además de su belleza decorativa, es que crecen lentamente. Pero la realidad es muy distinta: aunque un cactus puede soportar

no tener las condiciones adecuadas y lucir igual durante un año, los cactus necesitan varias horas de sol directo para ser felices y, si lo son, crecen bastante rápido.

Pleno sol

Los cactus están preparados para soportar la luz directa del sol sin problemas. De hecho, es necesario que tengan varias horas de sol directo al día.

Escaso

Hay que dejar que se sequen completamente entre riegos, pero sin abandonarlos para siempre, ya que también pueden pasar sed. Así como el riego de un cactus se suspende completamente durante todo el invierno, en verano, si tus cactus están en condiciones adecuadas, debes regarlos varias veces al mes.

División vegetativa, semillas...

Los cactus se propagan con mucha facilidad. Dependiendo de la morfología de la especie que tengas, podrás multiplicarlo dividiendo sus hijuelos, seccionando parte de tu planta o incluso con semillas.

Según la especie

Hay cactus con mucha raíz y crecimiento rápido, como las *Opuntias*, y también los hay que no necesitan macetas voluminosas para crecer. Trasplanta tu cactus cuando la maceta se vea muy apretada o veas su crecimiento en riesgo. ¡Aviso: siempre con guantes que te protejan de las espinas!

Actualmente es fácil encontrar en tiendas sustratos diseñados especialmente para cactus y suculentas, pero habitualmente será necesario que aumentes el drenaje con perlita.

60% de sustrato para cactus y suculentas

30% de perlita

10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Temperatura y riego

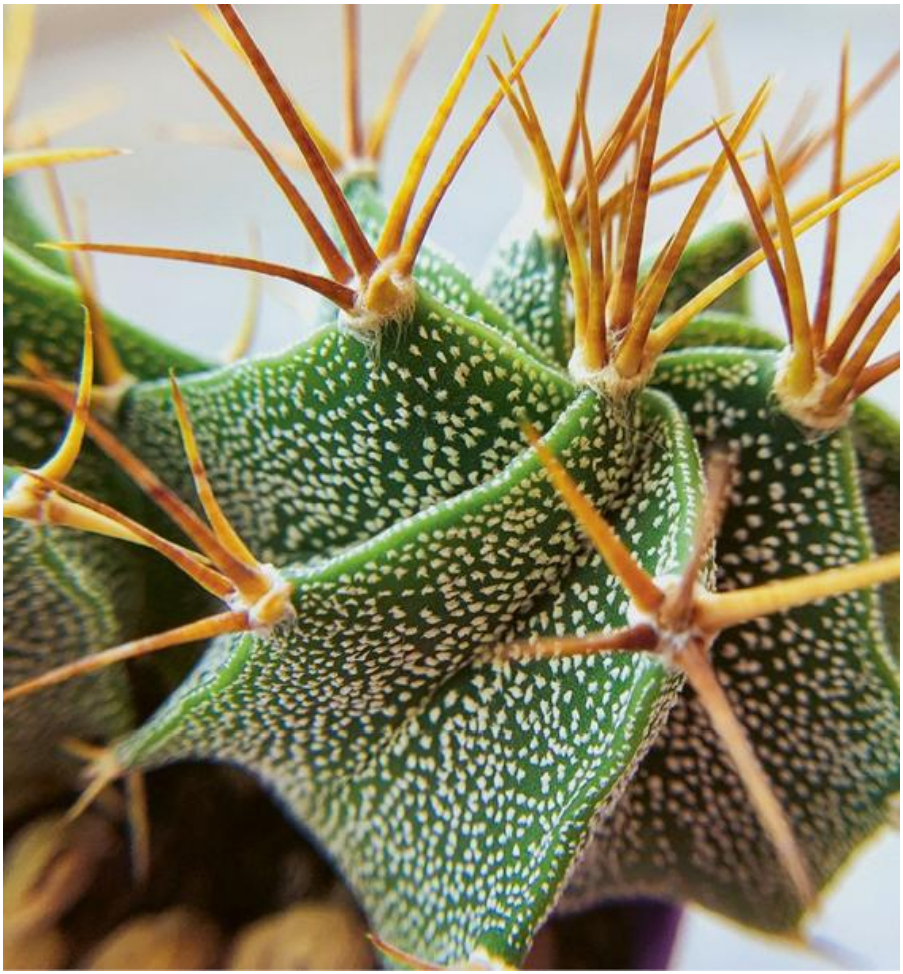
Para los cactus pueden ser letales las condiciones de frío, humedad y falta de horas de luz. El frío y las pocas horas de luz en invierno mantienen los cactus en reposo invernal y no facilitan la evaporación de la humedad en el sustrato, lo que puede provocar la pudrición de raíces. Y, aunque algunas especies toleran temperaturas bajo cero, si no conoces las condiciones de tu planta recomendaría resguardarlas en el interior durante las noches si las heladas son constantes, además de no regar durante el invierno.

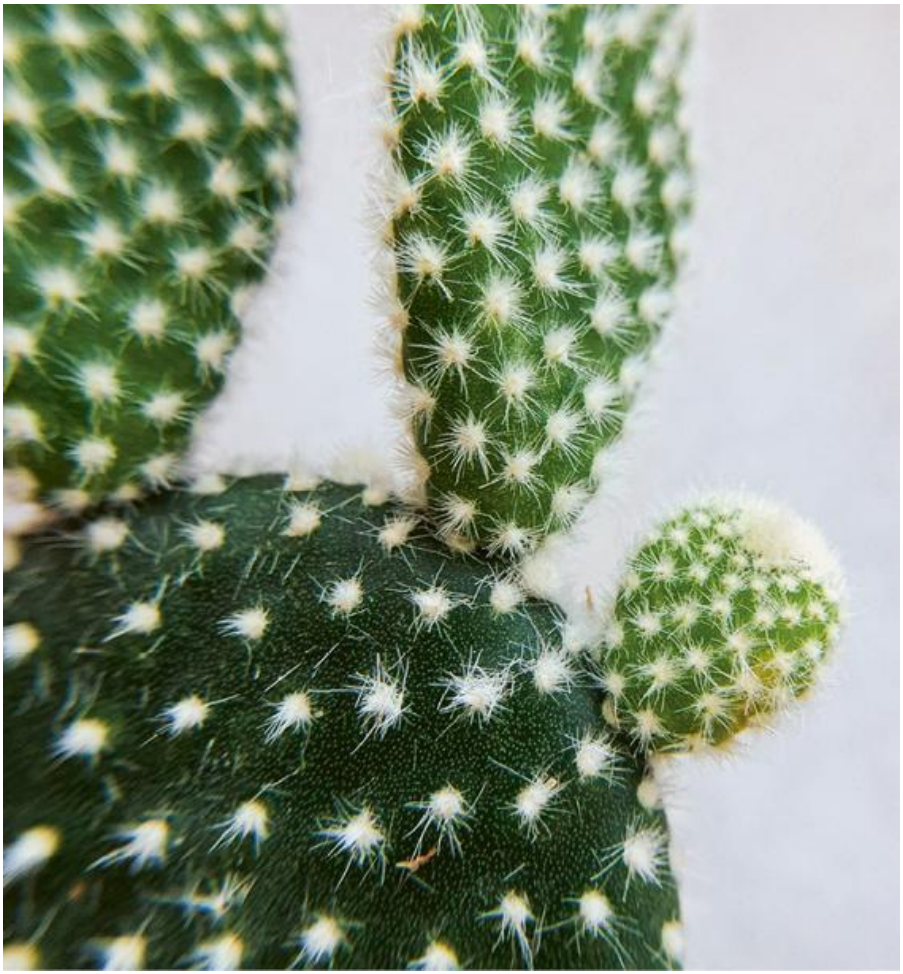
Hongos

Los hongos más habituales de los cactus son roya y botritis.

Plagas

Las más habituales son la cochinilla algodonosa y la cochinilla lapa.





Caladio

Caladium

ORIGEN
Brasil

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

Cuando ves por primera vez un caladio, ya no hay vuelta atrás. El flechazo será instantáneo y solo desearás tener las condiciones adecuadas para cuidarlos y que sus hojas delicadas y llenas de color inunden tu casa. No sé si se me nota, pero soy una amante empedernida de esta planta.

La considero una planta con una dificultad media para mantener su follaje en perfectas condiciones. El *Caladium* necesita una humedad ambiental alta y mucha luz para que pueda mostrar su belleza en todo su esplendor. Es una planta tuberculosa de rápido crecimiento que reposa en invierno, cuando bajan las temperaturas, y rebrota en primavera, cuando el ambiente ya supera de forma constante los 20º.

Indirecta brillante

Para poder disfrutar al máximo del color de sus hojas, el *Caladium* necesita una ubicación muy luminosa pero alejada de los rayos directos del sol.

Media alta

El caladio no disfruta de las pulverizaciones ni de la humedad directa en sus hojas. Una humedad excesiva, unida a la falta de ventilación, pueden provocar que la hoja se pudra y muera.

Moderado

El tubérculo del *Caladium* es nuestro bien más preciado y su cuidado, una prioridad. Los excesos podrían provocar su pudrición, por lo que es recomendable asegurarse de que el sustrato está parcialmente seco con la técnica de la varilla y con la revisión del peso de la maceta. Los peciolos y las hojas se mostrarán un poco caídos antes de necesitar el siguiente riego.

División de tubérculo

El tubérculo debe dividirse una vez que la planta pierda raíces y hojas, antes de la llegada del invierno.

El *Caladium* no suele necesitar trasplantes, ya que, al ser una planta estacional, el tubérculo brota y crece durante toda una temporada en la misma maceta. Aun así, dado su rápido crecimiento, trasplanta si crees que el espacio se le ha quedado escaso.

45% de fibra de coco
25% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

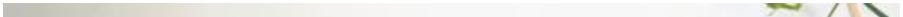
Pudrición de bulbo

Si es primavera o verano y tu *Caladium* está en una ubicación ideal, pero ha dejado de

crecer y el sustrato está húmedo, puedes preocuparte. Detén los riegos hasta que veas un crecimiento normal y estable o, en caso de que el estado de la planta sea visiblemente crítico, puedes tratar de recuperar los bulbos podridos. Esto es lo que me ha servido a mí: retira el bulbo y revisa su turgencia; toda la superficie «derretida» es pudrición y es recomendable limpiarla, secar el resto con papel secante y replantar. No riegues hasta que veas nuevos crecimientos.

Plagas

La plaga más habitual es la de *trips*.



Caladium Miss Muffet.

Cóleo

Solenostemon

ORIGEN
Asia y África tropical

FAMILIA
Lamiaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

Esta planta tan común en interiores lleva manteniendo el interés de los amantes de las plantas desde hace muchas décadas gracias a su espectacular colorido y a su rápido crecimiento. Los cóleos son plantas herbáceas o arbustivas que no suelen alcanzar grandes tamaños. No toleran la falta de luz y los excesos de riego.

La planta que ves en la siguiente fotografía a siguiente es el resultado de dos esquejes que, poco más de un año antes, no eran mucho más grandes que mi mano. Gracias a la poda y a una ubicación adecuada en una ventana orientada al este, con el sol de la mañana, en pocos meses se convirtió en una de las plantas más grandes de mi colección.

Indirecta brillante muy alta

Es uno de sus requisitos imprescindibles. Puede no ser sencillo ubicar un cóleo, pues, así como una de sus necesidades principales es la luz intensa, también tiene tendencia a quemarse con el sol directo del verano si no hay suficiente humedad ambiental. Una ventana con el sol de la mañana o final de la tarde es una buena elección. Una de las señales que pueden indicarnos falta de luz es la etiolación de la planta. Cuando no tiene suficiente luz se alarga, crece con poca frondosidad y sus hojas tienen colores más clareados.

Media

Moderado

Es importante dejar secar los cóleos entre riegos, pues son resistentes a la falta de agua pero se ahogan con facilidad. Las señales adecuadas para regarlos serán la ligereza de la maceta y la pérdida sutil de la firmeza de las hojas.

Esqueje o semillas

El cóleo se multiplica con mucha facilidad. Corta y guarda en agua el corte apical o intermedio de un tallo sano con tres o cuatro hojas. Tarda poco en sacar raíces, y una vez que estas son abundantes el paso a sustrato no suele entrañar dificultades.

No es necesario ni recomendable excederse con el tamaño de las macetas para los cóleos. Podrás adivinar con facilidad cuándo necesita un trasplante gracias a su alta demanda de riego. Si los períodos son muy cortos o ha ralentizado su crecimiento, es un buen momento para hacerlo.

50% de fibra de coco
40% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

En condiciones ambientales muy secas, puede ser especialmente frecuentada por

arañas, cochinillas y orugas.

Riego

Problema: exceso de riego

El cóleo fue una de las primeras plantas que me enseñó a contenerme con los riegos. Si a tu cóleo se le empiezan a caer las hojas mientras tiene el sustrato húmedo o las tiene alicaídas en las mismas condiciones, puede que sus raíces estén sufriendo un exceso de agua.

Solución

Para mí una de las mejores es esquejarlo y ponerlo en agua. Al tener unas raíces finas, la pudrición es bastante rápida y fulminante, así que lo puede dejar bastante despoblado. Esquejar todas las partes sanas te permitirá tener una preciosa segunda oportunidad con él.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

La floración de cualquier planta consume mucha energía, y algunas pueden debilitarse demasiado con ella. En el caso del cóleo se recomienda cortar sus flores para que no pierda vigorosidad y siga creciendo bien frondoso.

Aun así, si tiene muy buena ubicación y lo deseas, podrías dejárselas. Hay quien dice que no poseen valor ornamental, pero yo las encuentro preciosas y supersilvestres.

Calatea

Calathea

ORIGEN
Brasil y Perú

FAMILIA
Marantaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

La primera planta que se fue al otro jardín mientras estaba a mi cargo fue una *Calathea* Dottie. En algunas tiendas dicen que es una planta fácil, pero en mi opinión no lo es. Tampoco es de las más complicadas, pero necesita que le prestemos mucha atención, ya que nos deja poco margen de error y es bastante exigente en lo que respecta al riego.

Las calateas son plantas rizomatosas. Del rizoma brotan directamente numerosas matas de hojas y peciolos. Sus patrones y formas cambian de una especie a otra y con los cuidados adecuados su follaje es un auténtico deleite para la vista. Como otras de sus hermanas de la familia *Marantaceae*, la calatea realiza la fotonastia y podemos disfrutar del cambio de posición de sus hojas entre el día y la noche.

Indirecta

Para las calateas suelen aconsejar semisombra o sombra, pero en mi opinión necesitan más luz y su ubicación ideal es a menos de dos metros de la ventana. Mis calateas tienen muy buena luz indirecta y así están sanas y crecen a buen ritmo.

Alta

La humedad ambiental favorecerá la salud y la belleza de las hojas de las calateas, y debe ser alta, sobre todo para los ejemplares pequeños o en vías de recuperación por plagas o despistes con el riego.

Moderado

Para mí es imprescindible esperar a regarla hasta que la calatea lo pida, y una vez que lo haga hacerlo siempre por inmersión. Cuando el peso de la maceta sea ligero, sus hojas tendrán un aspecto enrollado y los peciolos descenderán sutilmente. Si sigues estas indicaciones, es prácticamente imposible que te excedas o que aparezcan hongos foliares en los bordes de las hojas. Como mucho, si esperas demasiado, algunas de las hojas más antiguas se secarán. Las calateas también son caprichosas con la calidad del agua: emplea agua filtrada o reposada.

División de mata

Debes hacer un trasplante anual en temporada de crecimiento para renovar los nutrientes del suelo. También cuando percibas que el sustrato se seca de forma demasiado recurrente. Las calateas prefieren macetas ajustadas, por lo que antes de trasplantarla debes asegurarte de que realmente lo necesite y de que la siguiente maceta no sea demasiado grande.

40% de fibra de de coco
20% de corteza de pino
20% de perlita
10% de vermiculita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Temperatura

En invierno, por el frío y la falta de horas de luz, sufren bastante. Aléjalas de corrientes, reduce bastante los riegos y no las riegues con agua fría del grifo. En lugar de eso, deja que el agua se temple y riega solo cuando la planta lo necesite. No te preocupes si pierde algunas hojas, es normal.

Plagas

Es muy habitual que alguna vez tengas que lidiar con una plaga de araña roja en tus calateas. Presta especial atención al envés de sus hojas en las temporadas en que el ambiente está seco.

Riego

Problema: exceso de riego

El exceso de riego puede ser letal para una calatea si no lo diagnosticas a tiempo. Si sus raíces se pudren, la pérdida de hojas está casi asegurada. Las hojas pueden empezar a amarillear desde los bordes hacia dentro y la planta pierde mucha vigorosidad.

Solución

Debes detener los riegos hasta que las manchas foliares dejen de avanzar. En casos en los que la detección del problema sea muy tardía, es recomendable cambiar el sustrato y trasplantar a una maceta más pequeña, o bien ponerla a raíz desnuda directamente en agua hasta que la veamos recomponerse.

Calathea orbifolia.

Top 7 *Calatheas*, de más fácil a más difícil:

Hay calateas bastante resistentes y otras que hacen un drama si te olvidas de ellas. ¡Es como un juego de niveles! Yo tengo varias, así que puedo elaborar mi *ranking* de dificultad:

1. *Calathea lancifolia*
2. *Calathea makoyana*
3. *Calathea* Kennedy
4. *Calathea* Dottie
5. *Calathea warscewiczii*
6. *Calathea orbifolia*
7. *Calathea* White Fusion

Calathea lancifolia.

Calathea makoyana.

Calathea Helen Kennedy.

Estromante

Stromanthe

ORIGEN
América tropical

FAMILIA
Marantaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

Es común confundir las *Stromanthes* con las *Calatheas*, pero no son la misma especie. Eso sí, para cuidar bien de una estromante solo debes tener en cuenta que es menos bebedora que la calatea. En cuanto al resto, puedes proporcionarle los mismos cuidados y la verás brillar resplandeciente.

Stromanthe Triostar.

Ceropegia woodii

ORIGEN
África meridional

FAMILIA
Apocynaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Ceropegia woodii*, comúnmente conocida como «cadena/collar/ristra de corazones», es la suculenta colgante más romántica del mundo de las plantas. Es una planta de crecimiento rápido cuyos tallos brotan de un tubérculo y pueden superar los cuatro metros de longitud. Sus hojas nacen a lo largo del tallo y están agrupadas de dos en dos en cada nudo, enfrentadas la una con la otra.

Indirecta muy alta

Para que una *Ceropegia* tenga un crecimiento adecuado, es preferible ponerla en primera línea de ventana o en un espacio muy luminoso. Las señales que te guiarán para ubicarla serán el color de sus hojas y la distancia entre ellas: si el envés no es rosado y la distancia entre hojas es superior a tres o cuatro dedos, acércala más a una ventana.

Baja

No necesita una humedad ambiental alta.

Escaso

Al ser una planta suculenta, es recomendable dejarla secar casi completamente entre riegos. La turgencia de las hojas que se encuentran más cerca del sustrato te indicará lo que debes hacer: cuando estén blandas, ha llegado la hora de regar tu *Ceropegia*. Recomiendo hacer riegos por inmersión para proteger los tubérculos.

Esqueje de tallo, esqueje de nudo o extracción del tubérculo

Trasplante anual en temporada de crecimiento para renovar los nutrientes del suelo o cuando observemos una disminución del crecimiento.

40% de sustrato de suculentas
20% de fibra de coco
30% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Falta de luz

Si tienen poca luz, las *Ceropegias* palidecen y se vuelven muy larguiruchas y de hojas pequeñas.

Riego

Problema: exceso de riego

Detectar un exceso de riego en estas plantas es muy sencillo. Si las hojas están muy blandas y el sustrato está húmedo, es probable que se estén pudriendo las raíces o la base del tallo.

Solución

Revisa dentro del sustrato la salud de los tubérculos. Detén los riegos y observa la situación. Dependiendo de la gravedad de cada caso, puedes esperar a que vuelvan a rebrotar, esquejar o cambiar el sustrato.

Ceropegia woodii Variegata.

Drácena

Dracaena

ORIGEN
Zonas subtropicales de África y Asia

FAMILIA
Asparagaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Dracaena* es una de las plantas de interior más resistentes, fáciles de cuidar y duraderas. No es exigente con el ambiente ni tampoco con los cuidados. El único requisito es no regarla demasiado y será feliz. Y, aunque podemos cruzarnos con *Dracaenas* de diferentes portes, las diferencias en el cuidado son muy sutiles. Si quieres una planta para toda la vida, esta es una elección perfecta.

En interior cultivamos drácenas de porte arbustivo o tronco leñoso suculento (es decir, que almacenan agua en su interior). Sus hojas crecen en la superficie de estos troncos, creando pequeñas copas de hojas largas que crecen erguidas o en cascada, verdes o bicolores… A lo largo del crecimiento de las *Dracaenas* leñosas, las hojas se van desprendiendo como parte del ciclo natural de la planta para dar lugar al tronco, que va creciendo en altura.

Indirecta

No es exigente con la intensidad de luz para mantenerse sana. Es cierto que siempre agradecerá más una estancia relativamente luminosa, pero si tienes una planta con mayores necesidades de luz podrá cederle el puesto y sacrificarse por el equipo.

Media

No es exigente, pero le gusta la humedad, por lo que para mantener sus hojas brillantes y bonitas, sobre todo cuanto más finas son, puedes pulverizarla de vez en cuando, especialmente en épocas calurosas y de ambiente seco.

Escaso

Una *Dracaena* sufre mucho el sustrato encharcado y no necesita una humedad constante. Antes de regarla, observa el estado de sus hojas, asegurándote previamente de que el cepellón está casi seco. Es posible que solo la tengas que regar un par de veces en todo el invierno y que durante el resto de las estaciones baste con un par de veces al mes. ¡Siempre es mejor quedarse un poquito corto!

Esqueje de tallo o fragmentos del tronco

Todas las drácenas que tienen el follaje en los laterales de un tronco provienen de partes intermedias del tronco de plantas madres de gran tamaño.

En los ejemplares jóvenes, sus raíces te indicarán cuándo es necesario el trasplante, pues empezarán a asomar por el agujero de drenaje de la maceta. Si tienes un ejemplar de más edad, su necesidad de trasplante será menor, pero, aunque no sea necesario aumentar el tamaño de la maceta, no debes olvidarte de mantener enriquecidos los suelos con la renovación del sustrato cuando lo notes envejecido.

Aireado y drenante

30% de fibra de coco
20% de sustrato de cactus y suculentas
20% de corteza de pino
20% de perlita

10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Las *Dracaenas* pueden ser infestadas de cochinillas, araña roja, *trips*…, y si no se cuidan adecuadamente pueden atraer al pack completo.

Riego

Las drácenas requieren muy poco riego y un ambiente muy seco, pero si necesitan agua, las puntas de las hojas se quedan pardas y resecas. Para solucionarlo, aumenta la humedad ambiental con pulverizaciones, humidificadores o platos de piedras bajo la maceta, pero nunca con los riegos.

Problema: exceso de riego

La *Dracaena* es muy resistente y tardará bastante en poner las raíces en el otro jardín, pero si estas se están pudriendo puede que te des cuenta demasiado tarde. Las señales que indicarán que estás regando demasiado son las puntas amarillentas, que avanzan dejando tras de sí hojas ennegrecidas que después se caen y se secan.

Solución

Detén los riegos por completo y airea el sustrato hasta que se detenga el avance de la muerte de las hojas. En el caso de que se pudran y caigan en grandes cantidades, puede que la pudrición esté muy avanzada. En este caso, quedan un par de posibilidades que tardarán en darte resultados. Si el tronco está en buen estado, puedes esquejarlo y ponerlo en agua. También puedes esperar a que la propia planta cicatrice las zonas de pudrición, renueve sus raíces y saque nuevos brotes.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

¡No te olvides de limpiar sus hojas! Es posible que las *Dracaenas* sean de las últimas plantas atendidas en limpieza por ser sus hojas muy numerosas y a veces finas. ¡Cambia el riego por la bayeta y tenlas siempre brillantes!

Dracaena surculosa Mike.

Diefenbaquia

Dieffenbachia

ORIGEN
América Central y América del Sur

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

Las *Dieffenbachias* son plantas tropicales de cuidado sencillo que llevan acompañándonos décadas como plantas de interior por sus preciosas hojas variegadas. Es una planta fácil que se adapta a múltiples condiciones ambientales y es muy resistente a prácticamente todo.

Dada su resistencia, es habitual encontrar en interior especímenes longevos que alcanzan varios metros de altura sobre su tallo. Las hojas en forma lanceolada están unidas por peciolos cortos a un tallo que suele crecer sin ramificaciones. Dentro del mundo de las plantas tóxicas, considero que esta merece una mención especial. No sé si todo el mundo es tan sensible, pero en mi caso la mera manipulación de algunas diefenbaquias me provoca picor en la piel.

Indirecta

Si lo que podemos ofrecerle son espacios con poca luz, se adaptará, pero también disfrutará de ubicaciones luminosas, siempre y cuando la protejamos de los rayos directos del sol para evitar quemaduras en sus hojas.

Media

Sus hojas gruesas la hacen bastante resistente a bordes secos en ambientes con una humedad media del 60%. Si vives en una ciudad muy seca, no dudes en pulverizarla, ya que, aunque sea resistente, su humedad ambiental ideal estará siempre por encima del 60%.

Moderado

Asegúrate de regar de forma moderada, sobre todo en invierno. No es una planta extremadamente exigente con el riego. Cuando tenga sed, te avisará con la pérdida de turgencia de las hojas.

Esqueje apical del tronco o fragmentos del tronco entre nudos

No es una planta de la que se hagan propagaciones con mucha frecuencia, pero puede darse el caso de que tu planta se quede despoblada y la quieras podar para ajustar el tamaño a tu gusto.

No necesitan macetas de gran tamaño. Anualmente o cuando la planta lo requiera puedes realizar un trasplante a una maceta ligeramente más grande.

40% de fibra de coco
20% de corteza de pino
30% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

En condiciones desfavorables, la diefenbaquia puede atraer a las plagas comunes

(*trips*, araña, cochinilla…).

Riego

Problema: exceso de riego

La *Dieffenbachia* en estado de exceso de riego comenzará a presentar manchas oscuras foliares con un halo amarillo. Las manchas pueden aparecer en los bordes o en zonas intermedias de las hojas.

Solución

Detén los riegos por completo y airea el sustrato hasta que se detenga el avance de las manchas. Si es un caso grave, recomendaría cambiar el sustrato a uno seco y reducir el tamaño de la maceta si encuentras numerosas raíces en estado de pudrición.

Dieffenbachia banana.

Ficus

ORIGEN
Asia

FAMILIA
Moraceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

El significado de la palabra latina «ficus» es ni más ni menos que «higo» y, sí, tal y como seguramente te estarás preguntando ahora mismo, la higuera de toda la vida es un ficus y su nombre botánico es *Ficus carica*.

La mayoría de los ficus que acostumbramos a disfrutar en interior también son árboles enormes en las zonas tropicales. Esta especie, además, está compuesta por arbustos y plantas trepadoras.

En interior se han adaptado para no ser grandes bebedores, pero sí que necesitan mucha luz para crecer sanos y felices. Son de las plantas con porte arbóreo más adquiridas, ya que se adaptan muy bien a nuestras condiciones de interior. Aunque es cierto que son capaces de adaptarse como buenamente pueden a la luz media, prefiero contarte cómo tener un ficus con hojas de buen tamaño, frondoso y feliz.

Indirecta alta

Si quieres un ficus sano y bonito, apórtale una gran dosis de luz brillante indirecta. No lo expongas al sol directo a través de los cristales: aunque tolera el sol amable de la mañana y del final del día, el sol fuerte puede quemar sus hojas.

Media

Si en tu casa la humedad ambiental es inferior al 50%, es recomendable que la aumentes un poco con pulverizaciones, humidificadores o piedras en el plato. Por lo demás, el ficus se adapta adecuadamente a la humedad media de un hogar.

Moderado

Tengo la sensación de que en general se riega demasiado a los ficus. Para evitar la aparición de hongos foliares, es recomendable dejar que el sustrato se seque parcialmente entre riegos y esperar a ver una sutil pérdida de altura de las hojas y a notar la ligereza de la maceta antes de regarlo en abundancia.

Esqueje

Corta un tallo con tres hojas o cuatro, elimina la hoja inferior y ponlo en agua.

El ficus no es amante de las macetas enormes. Espera a que las raíces colonicen el cepellón antes de trasplantarlo al siguiente tamaño de maceta durante la temporada de crecimiento. Yo, si veo que las hojas empiezan a tener hongos por riego, realizo un trasplante a una maceta de tamaño más pequeño.

40% de fibra de coco
30% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Limpia a menudo sus hojas por ambas caras para prevenir las plagas. Los pulgones, la araña roja o la cochinilla son habituales.

Riego

Problema: exceso de riego

Si riegas un ficus en exceso, puedes provocar la caída de hojas y la aparición de manchas negras en estas. Si no le pones solución, puedes llegar a perder prácticamente todo el follaje.

Solución

Detén los riegos y airea el sustrato para acelerar el secado del cepellón. En el caso de que el problema esté muy avanzado, puedes esquejar tu planta o reducir considerablemente el tamaño de la maceta junto con una pequeña poda.

Ficus benghalensis.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

Los ficus son plantas de costumbres y no disfrutan de los cambios de ubicación.

Si te sientes en la obligación de cambiarlo, debes saber que ese estrés puede provocar la caída de sus hojas, especialmente si el cambio es a unas condiciones peores de las que tenía antes.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Cómo puedo conseguir que mi ficus tenga más ramas y sea más frondoso?

¡Podando! Si tu ficus se está estirando mucho en una única rama y buscas más frondosidad, es vital que lo podes. Todos los esquejes que hagas generarán nuevas ramas y nuevos crecimientos. La época ideal será a finales del invierno, mientras la planta está en reposo. Así comenzará a crecer con fuerza con el despertar de la primavera. Cuidado con el látex que gotea cuando esquejas tu ficus o se rompe una hoja: es tóxico y puede irritar.

Esqueje de *Ficus elastica* Tineke.

Helecho macho

Nephrolepis

ORIGEN
Regiones tropicales y subtropicales

FAMILIA
Lomariopsidaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

Lo que comúnmente denominamos «helechos» engloba en realidad todo un reino lleno de familias diferentes. Concretamente, los *Nephrolepis* incluyen plantas muy conocidas, como el helecho Boston o el helecho tigre, entre otros. Estos helechos pueden crecer de forma epífita, terrestre o ambas, y se caracterizan por sus raíces rizomatosas. No debemos olvidar que no todos los helechos se cuidan igual y que hay algunos también muy conocidos que son mucho más exigentes que los *Nephrolepis*, como el *Adiantum raddianum* (conocido como «culantrillo») o el *Hemionitis arifolia* (conocido como «helecho corazón»).

Personalmente, creo que estos helechos son bastante resistentes y fáciles de cuidar si mantienes los ambientes húmedos. Además, no necesitan mucha luminosidad y eso facilita su ubicación.

Indirecta media

No les hace falta estar en primera línea de ventana. Una localización con luz indirecta media será suficiente.

Alta

Los helechos necesitan bastante humedad ambiental. Entre los *Nephrolepis* podemos encontrar algunos que, siempre que no tengan sed, se mantendrán bien con una humedad del 50% o el 60%. No te cortes con las pulverizaciones ni con cualquier otro método para aumentar la humedad de su ambiente.

Moderado alto

Los helechos necesitan que se mantenga de manera constante una cierta humedad en el sustrato. Percibirás que empiezan a pasar sed cuando dejen caer sus frondas (hojas compuestas), y si te olvidas un poco más, notarás que empiezan a perder la intensidad de su color. Es recomendable regarlos por inmersión para asegurarnos una correcta hidratación de todo el sustrato.

Separación de mata

Los helechos también se multiplican por propagación de esporas en el espacio, pero como esta es una práctica para un nivel avanzado, nos quedaremos con la más sencilla. El helecho tiene raíces rizomatosas que producen agrupaciones de frondas en el suelo y podemos separarlas para multiplicar nuestra planta.

40% de fibra de coco
30% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Cochinilla.

Riego

Problema: exceso de riego

Si el sustrato no es el adecuado y por falta de drenaje pudrimos sus raíces, las frondas de los helechos morirán paulatinamente.

Solución

La recuperación de un helecho es complicada, ya que necesitará una alta humedad ambiental para regenerar sus frondas sin depender de los riegos. Eliminar las hojas en mal estado, cambiar o dejar secar el sustrato para ayudar a que cicatricen y posteriormente aumentar la humedad ambiental con cúpulas o invernaderos puede ser una posible solución.

Helecho plumoso

Asparagus setaceus

ORIGEN
África, Asia y Europa

FAMILIA
Asparagaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Muy fácil

LUZ

AGUA

Las necesidades de esta planta son tan flexibles que no es necesario especificar demasiado. Aguantan temperaturas mínimas de 8º y el único cuidado que hay que tener es no dejar que su sustrato permanezca seco demasiado tiempo o aparecerán zonas amarillas en las hojas. También agradece que la pulvericemos, no estar en ambientes extremadamente secos o calurosos y una luminosidad indirecta. En interior no necesita estar en primera línea de ventana, y aun así también podríamos cuidarlo como planta de exterior.

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Las plagas más habituales son la araña roja o la cochinilla.

Hiedra

Hedera

ORIGEN
Asia, Europa y norte de África

FAMILIA
Araliaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

Las hiedras más comunes son plantas trepadoras famosas por su follaje compacto tapizante y perenne. Su comportamiento trepador las hace una de las primeras opciones para aumentar la intimidad de los hogares en muros y vallas exteriores. No debemos olvidar esto para darles los cuidados adecuados si queremos que vivan dentro de nuestros hogares, ya que, aunque se considera una planta muy resistente y fácil de cuidar, no tolerarán los excesos de riego o el calor excesivo en ambientes secos.

Indirecta muy alta
Si queremos una hiedra con mucho follaje es imprescindible que tenga una ubicación donde la luz indirecta sea muy alta. Puede incluso soportar la luz directa. La falta de luz estará indicada por tallos muy largos con poco follaje.

Media

En espacios por debajo del 50% de humedad, puede ralentizar su crecimiento.

Moderado

Uno de los talones de Aquiles de las hiedras es regarlas en exceso. Si las condiciones de luz y temperatura son las ideales, no habrá ningún problema al respecto entre primavera y verano. Mientras que si una hiedra tiene poca luz, sus hojas pueden empezar a caerse. Yo siempre riego mi hiedra cuando sus hojas están lacias, nunca antes.

Esqueje

La hiedra se propaga fácilmente cortando una porción del tallo apical. Podemos sumergir las raíces en agua o directamente en musgo o sustrato si el tallo está en buen estado de salud.

Guíate por la recurrencia de los riegos y la presencia de raíces en los agujeros de drenaje antes de trasplantar, pues no es una planta que necesite macetas grandes. Emplea una maceta un poco más grande que la anterior.

40% de fibra de coco
30% de perlita
20% de corteza de pino
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Si el espacio es seco y está en una corriente de aire, puede ser frecuentada por arañas rojas. La humedad ambiental y los lugares frescos y estables pueden ayudar a prevenir este problema.

Riego

Problema: exceso de riego

Si ves que las hojas de tu hiedra se ponen amarillentas, les salen pequeñas manchas negras o pierden firmeza, puede que esté sufriendo un exceso de riego.

Solución

Airea el sustrato y espera una recuperación progresiva. En casos extremos puedes esquejar y poner en agua los tallos más sanos que queden de la planta.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

Puedes cuidarla como planta colgante o como planta trepadora. La hiedra siempre buscará dónde posar sus raíces adhesivas. Si está en una superficie no le gusta que la despeguen, y si lo haces es posible que se le caigan las hojas. Mi recomendación sería ponerle un tutor de madera para crear composiciones en interior o protegerla de trepar por superficies por donde prefieras evitar que lo haga.

Hoya

ORIGEN
Asia Meridional y Australia

FAMILIA
Apocynaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Media

LUZ

AGUA

La hoya, también denominada «flor de cera» o «planta de cera» por su aclamada floración, es una planta epífita trepadora de hoja suculenta de la que se estiman que existen doscientas especies distintas. En nuestros hogares es habitual cuidarlas en porte colgante, aunque en su entorno natural crecen trepando por los árboles y colgando de ellos.

Cuidar la planta y su follaje no es complicado, pero conseguir su floración puede entrañar algunas dificultades. De ahí que prefiera considerarla una planta de dificultad media. Aunque no todas las hoyas se cuidan de la misma forma, os contaré cómo mantengo sanas las mías: *Hoya kerrii*, *Hoya bella*, *Hoya carnosa*, *Hoya polyneura* y *Hoya linearis*.

Indirecta muy alta

Como plantas suculentas que son, las hoyas van a necesitar una ubicación muy iluminada y, aunque puedan tolerar algo de sol directo, necesitará protección frente a

los rayos directos de las horas centrales del día en verano para evitar que sus hojas se quemen con el sol.

Media

No son especialmente exigentes con la humedad ambiental a nivel foliar. Aun así, cuanto mayor sea la humedad del ambiente, más a gusto estarán. Eso sí, recomiendo evitar ubicarlas en corrientes de aire.

Moderado

Regar una hoya es una tarea complicada. Los excesos provocarán la caída de las hojas, y tanto el defecto como el exceso de riego pueden comprometer los pedúnculos florales. Espera a que la hoya tenga las hojas ligeramente blandas y el sustrato seco antes de regarla.

Esqueje

La propagación de la hoya es muy sencilla y si es temporada de crecimiento puede ser bastante rápida. Es recomendable escoger tallos sanos que no sean demasiado jóvenes o tiernos.

Las hoyas prefieren estar apretadas y tener poco movimiento en las raíces, y hay que respetarlo para no poner en riesgo la floración de la planta. Pero si el sustrato de tu hoya se seca completamente más de una vez por semana es un buen momento para realizar un trasplante a una maceta ligeramente más grande.

Esta receta para hoyas es la que mejor me ha funcionado. Es una mezcla muy drenante, por lo que te recomiendo realizar los riegos por inmersión.

45% de fibra de coco
25% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Araña roja y cochinillas.

Riego

Problema: exceso de riego

Si observas hojas amarillentas que terminan desprendiéndose y el sustrato húmedo, es posible que tu hoya esté sufriendo un exceso de riego.

Solución

Airea el sustrato y cambia la pauta de riego. Esqueja tallos sanos para asegurarte la continuidad de la planta si es necesario.

Floración de una *Hoya bella*.

Hoya polyneura.

Hoya linearis.

Maranta

ORIGEN
Brasil y Perú

FAMILIA
Marantaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

También llamada «planta de la oración» por el bailoteo de sus hojas, el movimiento de una *Maranta* se puede llegar a oír durante el atardecer en una habitación silenciosa. Es una de las denominadas «plantas que hablan», pues el comportamiento de sus hojas nos indica cómo se encuentra.

Son plantas fáciles de cuidar, de crecimiento rápido, poca altura y porte colgante que en la naturaleza viven en el sotobosque de las selvas tropicales. Sus raíces tuberosas y pequeños tubérculos irán desarrollando nuevas matas en los sustratos, y poco a poco estas plantas se irán haciendo más frondosas y tupidas.

Indirecta media
Para nada es una planta exigente en luminosidad, y de hecho se adaptará bien a espacios un poco sombríos. En estos, su crecimiento será más lento que en un espacio más luminoso y el color de sus hojas variará, pero sin arriesgar la salud de la planta.

Media alta

Moderado

Regar cuando la maceta sea ligera. Cuando la *Maranta* empiece a tener sed, percibirás que deja de mover las hojas cuando se hace de noche y que su tallo y sus peciolos pierden sutilmente la altura y la turgencia.

Esqueje y división de mata

Las *Marantas* prefieren espacios pequeños y apretados para crecer. Trasplanta tu *Maranta* anualmente si es necesario cuando adviertas que los riegos son demasiado recurrentes.

45% de fibra de coco
25% de perlita
20% de corteza de pino
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Si está en un espacio seco o se encuentra débil, es habitual que sea atacada por *trips* o araña roja.

Riego

Problema: exceso de riego

Si observas hojas amarillentas, pequeñas manchas negras o falta de firmeza en las hojas de tu *Maranta*, puede que esté sufriendo un exceso de riego.

Solución

Airea el sustrato y espera una recuperación progresiva. En casos extremos puedes esquejar y poner en agua los tallos más sanos que queden en tu planta.

Maranta leuconeura Tricolor.

Maranta White Veins o *Maranta* Light Veins.

Costilla de Adán

Monstera

ORIGEN
América Central y Meridional

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Monstera deliciosa* o costilla de Adán es una de las plantas de interior más impresionantes. Se trata de la más famosa y deseada por su fácil cuidado, poca exigencia y grandísima belleza.

Las *Monsteras deliciosas* son plantas trepadoras que a medida que crecen van desarrollando en tamaño y complejidad la forma de sus hojas. Al principio, sus hojas en forma acorazonada carecen de fenestraciones foliares (una especie de perforaciones), pero cuando alcanzan el tamaño adulto pueden llegar a medir más de un metro y desarrollar varias filas de fenestraciones. En las condiciones adecuadas y con unos buenos cuidados, es la planta que simboliza las junglas de interior. Quizás sea la más conocida dentro del mundo de las plantas verdes. Y, desde luego, se merece el reconocimiento.

¿Sabías que su nombre incluye la palabra «deliciosa» por su fruto? Dicen que cuando

su fruto está maduro, tiene un sabor que oscila entre el del mango y la piña, con un gustirrinín picante. ¡Ojo! No te lo comas hasta que esté maduro, porque de lo contrario puede ser tóxico.

Indirecta media

El color y el crecimiento de tu planta te indicarán si tiene buena luz. Las *Monsteras* son muy «expresivas». Un exceso de luz provocará que las hojas tengan un color verde apistachado, mientras que con una luz adecuada serán de un precioso verde oscuro intenso. Si percibes que sus peciolos son muy largos para el tamaño de la hoja, significa que debes acercarla más a una fuente de luz.

Media

Tolera una humedad media del 50%, pero siempre agradecerá que haya más humedad.

Moderado

Dejar secar entre riegos. Cuando tenga sed disminuirá el grosor y la tersura de sus hojas.

Esqueje

Las *Monsteras*, si el riego está controlado, no les tienen mucho miedo a las macetas un poco espaciosas. Por mi parte considero que en terracota se cuidan estupendamente. Trasplanta cuando el cepellón de tu planta esté ocupado por sus raíces y observes que las hojas más antiguas se tornan amarillas por falta de espacio.

30% de corteza de pino
40% de fibra de coco
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Pueden afectarla varias de las plagas conocidas, pero sin duda su mayor enemigo son los *trips*.

Riego

Problema: exceso de riego

Si observas pequeñas manchas negras con un halo amarillo que va en aumento o falta de firmeza en las hojas de tu planta, además de un sustrato húmedo, puede que tu *Monstera* esté sufriendo un exceso de riego.

Solución

Deja que el sustrato se seque del todo hasta que las manchas dejen de avanzar. Si el caso es muy grave y la planta no se puede recuperar, trasplanta a un sustrato nuevo y seco o trata de recuperarla en agua.

Orquídea

Orquidea phalaenopsis

ORIGEN
Todo el mundo

FAMILIA
Orquidaceae

TÓXICA
☒

DIFICULTAD
Fácil

LUZ
☀ ☀ ☀ ☾

AGUA
💧 💧 💧

Las orquídeas son unas de las plantas más admiradas y comercializadas hoy en día. Aunque las más conocidas son las *Orquideas phalaenopsis*, existen más de veinte mil especies dentro de esta familia, están distribuidas por todo el mundo y no todas necesitan los mismos cuidados.

Es habitual adquirir las orquídeas con un tutor que sujeta sus flores en posición vertical, pero en realidad en la naturaleza las orquídeas dejan caer sus flores en cascada, como puedes ver en la fotografía siguiente. Esta posición hace que las flores perduren más tiempo, porque favorece la circulación de la savia.

No es recomendable quitar el tutor al comprar una orquídea, ya que podrías dañar el tallo floral, pero si te gusta más que las flores caigan en cascada, cuando termine la primera floración en tu hogar puedes dejar caer el tallo y permitir que crezca salvaje, con las flores en porte colgante.

Indirecta media

Ubica tu orquídea en un lugar con luz indirecta brillante para favorecer la floración.

Media

No es una planta exigente en cuanto a la humedad.

Moderado

Observa el color de las raíces antes de regar tu orquídea. Si están plateadas se recomienda realizar un riego por inmersión profunda hasta que el color sea verde brillante.

Diversa

Por separación de pseudobulbos, división de *keikis* (hijuelos que raramente se desarrollan en las varas florales) y semillas.

Las macetas de las orquídeas son transparentes porque las raíces tienen la capacidad de realizar la fotosíntesis. Realiza un trasplante al siguiente tamaño, necesario cuando sus raíces hayan cubierto el espacio de la maceta.

100% de sustrato para orquídeas

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Cochinilla.

Riego

Problema: exceso de riego

Lo detectarás cuando las hojas estén blandas y húmedas, y las raíces de color pardo.

Solución

Limpia todas las partes podridas de tu orquídea con una herramienta desinfectada y trasplanta en un sustrato nuevo y seco.

– OTRAS ORQUÍDEAS –

Orquidea cymbidium.

Orquidea paphiopedilum.

Planta mariposa

Oxalis triangularis

ORIGEN
América del Sur tropical principalmente

FAMILIA
Oxilidaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Oxalis triangularis*, también llamada «planta mariposa», es una planta preciosa, de crecimiento rápido y apta para principiantes. Sus tréboles pueden alcanzar el tamaño de la palma de una persona adulta. Y las combinaciones de flores y colores varían en cada especie.

Son plantas herbáceas de bulbos o raíces tuberosas que despliegan numerosos peciolos con tres hojas en su extremo que se parecen mucho a los conocidos tréboles. Aunque se considera una planta tóxica, también tiene usos gastronómicos, pues sus hojas son ácidas y sus tubérculos, dulces. Mientras tus mascotas no se merienden una *Oxalis* de un tamaño considerable, no hay ningún riesgo. Como en todos los casos de convivencia entre animales y plantas tóxicas, el tamaño de tu mascota tiene un papel importante en la ecuación.

La *Oxalis* es una planta que se comunica mucho a través de nastias, que en su caso

consisten en abrir y cerrar sus hojas. Esta planta despliega sus hojas de día para aprovechar al máximo la luminosidad y las pliega al caer la noche. Si es de día y los tréboles no se abren, presta atención. Puede ser que tenga sed, que reciba demasiada o insuficiente luz, o que esté sufriendo alguna plaga u hongo.

En invierno, la planta mariposa suele perder algo de vigorosidad, así que puedes cesar los riegos para retomarlos en primavera.

Indirecta

Cuando la luz no sea adecuada, la *Oxalis* te avisará. Si recibe un riego correcto y durante el día se mantiene cerrada, puede que no tenga suficiente luz. Tolera los rayos directos del sol más amables, pero si el sol es excesivo y calienta la planta es probable que veas cómo sus hojas se mantienen cerradas, así que será mejor reubicarla.

Media

Moderado

Es una planta bebedora, pero se resiente con los excesos de riego. Hay que dejar secar el sustrato hasta que los peciolos bajen su altura, y, en invierno, ir reduciendo los riegos gradualmente para no pudrir los rizomas. También puedes inducirle un reposo (te cuento cómo a continuación) y guardarla para la próxima primavera.

Esqueje de hoja y división de rizoma

Hoja

Aprovecha los períodos de reposo para cortar sus hojas desde la base antes de que se debiliten y ponlas en agua. Además de tener un ramo vivo en constante movimiento, pasadas unas semanas, cada hoja echará raíces y podrás plantarlas.

División de rizoma

La *Oxalis* brota desde un rizoma tuberoso. Este rizoma, de aspecto escamoso, almacena en cada una de sus secciones la posibilidad de generar una nueva planta. Aprovecha los trasplantes o las épocas de reposo; son buenos momentos para dividir los rizomas y plantarlos en una nueva maceta cuando empiece la época de

crecimiento.

Si la planta se seca muy rápido entre riegos o la raíz sale por los agujeros de drenaje, trasplántala a una maceta del siguiente tamaño al actual.

Aireado y drenante

50% de fibra de coco
10% de sustrato para cactus y suculentas
30% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Hongos

Problema: roya

Uno de los problemas que puede sufrir tu *Oxalis* es la presencia de roya en el envés de las hojas. Para evitarlo, es aconsejable que la riegues sin mojar las hojas y preferiblemente por la mañana, ya que la roya es propensa a aparecer con la presencia constante de humedad.

Solución

Para combatirla y prevenirla, puedes usar fungicidas específicos sistémicos. Además, haz siempre riegos por inmersión para evitar la humedad en las hojas.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿En invierno hay que poner a la *Oxalis* en reposo?

Como muchas otras plantas, en invierno las *Oxalis* pierden vigorosidad y se pueden poner en reposo invernal. En interior, la opción de mantener la planta o inducirle el reposo es opcional. Si quieres mantenerla todo el año, puedes hacerlo con una luz adecuada y una temperatura superior a los 10º. Aun así,

cuando los días se hagan más cortos y bajen las temperaturas, dejarán de brotar nuevas hojas y deberás reducir los riegos.

Si prefieres ponerla en reposo, puedes mantener los rizomas en su maceta sin hojas o extraerlos del sustrato. ¿Cómo y cuándo guardar los rizomas? Cuando la planta pierda fuerza y deje de crecer, corta sus hojas desde la base y resérvalas en un jarroncito con agua (allí echarán raíces y las podrás volver a plantar). Después, retira los rizomas de la tierra y guárdalos en una caja con perlita hasta la primavera que viene.

Filodendro

Philodendron

ORIGEN
América tropical

FAMILIA
Araceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

Los *Philodendrons* comprenden una gran variedad de especies de diferentes portes y estilos de hojas que en la naturaleza crecen en el sotobosque de los trópicos. En su medio, pueden alcanzar tamaños enormes y algunas especies son trepadoras y otras, reptadoras. En nuestros hogares, los cuidaremos principalmente como plantas colgantes, trepadoras o reptadoras. Como otras plantas, si a las trepadoras les proporcionamos un tutor bien hidratado, sus hojas se harán cada vez más grandes e impresionantes.

Están entre las especies más asequibles del mercado y también son de fácil cuidado gracias a su flexibilidad con la luz y su demanda de riegos, relativamente baja. Pero no nos engañemos: las especies más singulares pueden entrañar ciertas dificultades y deberemos estudiarlas de forma individual.

Indirecta media

Los *Philodendrons* no son plantas exigentes con la luz. Las especies más comunes pueden incluso mantenerse felices cual *Pothos* en ubicaciones poco privilegiadas.

Media alta

Dependiendo del *Philodendron* que tengas en casa, será más o menos exigente con la humedad ambiental, pero todos agradecen que los pulvericemos durante las épocas secas y calurosas.

Moderado

Es preferible dejar que el sustrato se seque y no regar hasta notar que la planta lo necesita.

Esqueje

Debe hacerse por división de tallo.

Es una planta que no necesita estar en una maceta amplia. Realiza los trasplantes al inicio de la temporada de crecimiento o cuando las raíces ya hayan ocupado el espacio disponible en la maceta.

30% de corteza
40% de fibra de coco
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Trips y araña roja.

Pilea

Pilea peperomioides

ORIGEN
Zonas tropicales o subtropicales

FAMILIA
Urticaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Pilea peperomioides* es una de las pileas más conocidas entre las plantas de interior. Se comercializan varias especies originarias de diferentes partes del mundo, pero la *peperomioides* procede de China y se la conoce como «la planta china del dinero».

Estas pileas son plantas suculentas de tamaño pequeño o medio que tienen un tallo vertical del cual brotan hojas redondas turgentes y planas con peciolos largos y finos. Son de crecimiento rápido y de las plantas de interior más prolíficas. Es famosa por su capacidad de hacer brotar miniplantas en el sustrato con mucha facilidad y velocidad; por eso me gusta llamarla «la planta de las plantas gratis».

Indirecta muy brillante

La pilea no perdona tener poca iluminación. No necesita luz directa, aunque puede disfrutar de los primeros y últimos rayos de sol del día. Si tiene mucha separación entre hojas es sin duda una señal de que no tiene suficiente luz.

Media baja

Al ser una planta suculenta, no es sensible a la falta de humedad ambiental. Por eso, no necesita que la rociemos ni que la mantengamos cerca de un humidificador.

Escaso

Es una planta que no tolerará el exceso de riego. Esta planta indica con facilidad cuándo quiere que la reguemos. Es preferible esperar a que sus peciolos bajen en altura y el sustrato sea ligero antes de regarla.

Hijuelos

La *Pilea peperomioides* feliz empezará a regalar plantas nuevas que brotarán directamente del suelo. Corta el tallo de estas miniplantas y consérvalas en agua hasta que tengan raíces abundantes. Después, pásalas a una maceta pequeña.

Ojo con el tamaño de las macetas. Para poder cuidar una pilea desde una maceta pequeña es importante seguir los diferentes tamaños de maceta de forma paulatina y ordenada, y no plantarla en una maceta demasiado grande para su tamaño. Yo siempre cuido las mías en macetas de plástico, y les encanta.

60% de sustrato para cactus y suculentas
30% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

La plaga más habitual es la cochinilla algodonosa.

Riego

Problema: exceso de riego

Si tu pilea empieza a tirar hojas o a tener manchas negras y el sustrato está húmedo, es probable que haya un exceso de riego y las raíces se estén pudriendo.

Solución

Detén los riegos por completo y airea el sustrato hasta que cese el deterioro y comiencen nuevos crecimientos sanos. Si es un caso grave y encuentras numerosas raíces en estado de pudrición, recomendaría cambiar el sustrato a uno seco y reducir el tamaño de la maceta.

Etiolación

Si tu pilea ha desarrollado un tallo largo con pocas hojas o se le han caído y empieza a parecer un híbrido entre una palmera y un Chupa Chups, significa que ha sufrido falta de luz. Si quieres devolverle su forma natural puedes realizar un corte apical, poner en agua la porción del tallo inferior para que saque raíces y posteriormente ponerla en una maceta. Perderás altura, pero ganarás una segunda oportunidad para que crezca bien frondosa. No te olvides de cambiar su ubicación a un sitio con más luz.

DATO CURIOSO

Puede ser que puntualmente veas en el envés de las hojas de tu pilea unos puntos blancos. Normalmente suele ser motivo de inquietud para los principiantes, pero no te preocupes, ¡no es ninguna plaga! Las pileas realizan la gutación en el envés de sus hojas y las marchitas son los sedimentos que quedan tras la evaporación de las gotas.

Poto

Pothos

ORIGEN
Asia

FAMILIA
Araceae

TÓXICA
✔

DIFICULTAD
Fácil

Poto, potus, *Epipremnum*… Así se conoce también al querido, famoso y resistente *Pothos*. Rara es la casa o persona amante de las plantas que no tiene uno.

Sus necesidades son las mismas que las de sus primos, los *Philodendrons scandens*, e incluso son más tolerantes a la falta de luz indirecta. Para cuidar de tu poto puedes consultar las recomendaciones que hay en la ficha del Filodendro, que encontrarás dos fichas más adelante.

Ojo: a menudo se confunde a los *Pothos* con los también resistentes *Scindapsus*.

Pothos Neon.

Sansevieria

ORIGEN
África y Asia tropical

FAMILIA
Asparagaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

La *Sansevieria* es sin duda una de las plantas más resistentes del mundo de interior. Con una resistencia muy alta a la falta de luz, uno de los pocos requisitos para su cuidado es proporcionarle un sustrato drenante y macetas ajustadas, además de dejarla secar completamente entre riegos. Esto no quiere decir que no prefiera ubicaciones más luminosas, pero siempre que no busquemos una planta de rápido crecimiento será nuestra planta ideal.

RECOMENDACIONES Y CUIDADOS

Propagación por hoja de *Sansevieria*

La *Sansevieria* puede tardar bastante tiempo en desarrollar una nueva mata. Si quieres propagarla por hojas, estos son los pasos que seguir:

1. Elige una hoja sana.
2. Realiza uno o varios cortes en forma de triángulo en la misma hoja tal como se indica en la foto (también puedes dividir la hoja en diferentes secciones).
3. Deja secar el corte durante 24 horas.
4. Planta tu esqueje directamente en sustrato.

A lo largo de mi experiencia he probado a propagar esta planta en agua, perlita y sustrato, y sin duda la opción del sustrato es un poco más rápida y hay menos probabilidad de que el esqueje se pudra.

Strelitzia

ORIGEN
Sudáfrica

FAMILIA
Strelitziaceae

TÓXICA

DIFICULTAD
Fácil

LUZ

AGUA

En el mercado hay tres tipos de *Strelitzias*: *Strelitzia augusta*, *Strelitzia nicolai* y *Strelitzia reginae*. Esta última también se conoce como «ave del paraíso», y se caracteriza por tener una flor naranja, ser de porte más pequeño y tener un crecimiento en agrupaciones de matas. La de la foto siguiente es la *Strelitzia nicolai*, y una de las pocas características que la diferencia de la *Strelitzia augusta* son los matices de sus flores, que rara vez se ven en interior.

En esta guía nos centraremos en las *Strelitzias* de porte grande. Sus hojas fácilmente pueden llegar a medir un metro, y con buena iluminación son capaces de llegar al techo de nuestros hogares. Es conveniente saber que en la naturaleza sus hojas se «rompen» para protegerse del viento y que es posible que esto también ocurra en nuestras casas, pero no hay por qué preocuparse.

Indirecta alta brillante

A mejor luz, mejor crecimiento. La *Strelitzia* no tolera espacios sombríos, aunque en

interior debamos protegerla de la incidencia de los rayos directos del sol fuerte.

Media

La perfección de sus hojas depende de ello. Cuanta más humedad ambiental, mejor color tendrán y menor tendencia a romperse.

Moderado

No es conveniente tenerla siempre húmeda. Una ligera curvatura en sus hojas te indicará que tiene sed y te guiará para adaptar tu plan de riego.

División de mata o semillas

Con una buena ubicación, la *Strelitzia* puede agradecer el espacio. Hay que realizar el trasplante durante el inicio de la temporada de crecimiento o cuando las raíces salgan por los agujeros de drenaje.

40% de fibra de coco
30% de corteza de pino
20% de perlita
10% de humus de lombriz

– PROBLEMAS HABITUALES –

Plagas

Además de las plagas más frecuentes en nuestras casas, en especial la cochinilla lapa y los ácaros, pueden afectarla otras poco comunes en interior.

Riego

Problema: exceso de riego

Si tu planta está en una buena ubicación pero mantiene un porte lánguido y tiene el sustrato húmedo, puede que sufra un problema de pudrición de raíces.

Solución

Mueve tu *Strelitzia* a un sustrato nuevo y seco o paraliza los riegos hasta que percibas

un cambio en su comportamiento para retomarlos nuevamente. Es habitual que la solución sea trasladarla a una ubicación mucho más luminosa. Es bastante exigente con la luz.

Strelitzia nicolai.

¡Gracias!

A mi familia y a mis amigos, porque su cariño es la luz de mi fotosíntesis.

A Pat (@jungle_apt), por su paciencia y su compañía cómplice.

A Vanesa (@planticidad), por ser la primera persona en enseñarme la fuerza de la comunidad *plantil* en redes sociales y acompañarme desde entonces.

A Cristina, por sus energías positivas y por verme capaz siempre.

A Jorge (@yorchdulac), por ser guía y ayudarme a revisar los apartados de plagas y hongos.

A Richard y Concha, por abrirme las puertas de su casa y hacer posibles muchas de las fotos de este libro.

A toda la comunidad detrás de este hobby: a cada una de las personas que me han enseñado, han compartido sus experiencias, se han divertido conmigo en redes sociales, han confiado en mí para cuidar de sus junglas y, sin darse cuenta, me han cambiado la vida.

Hogar, verde hogar. Guía para cuidar tus plantas de interior
Clara Redondo

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Clara Redondo, 2022
www.plantitiscronica.com

© de las fotografías:
Iván Castro, 2022: páginas **6-7**, **15**, **20**, **24**, **28**, **30**, **33**, **34**, **36**, **38**, **39**, **40**, **42**, **45**, **48 (derecha)**, **57**, **58**, **65**, **71 (abajo)**, **72**, **73**, **77**, **78**, **82**, **83**, **85**, **86**, **87**, **88**, **91**, **93**, **94**, **95**, **99**, **101**, **109**, **113**, **114 (abajo)**, **116**, **117**, **118**, **128**, **131**, **135**, **136**, **143**, **145**, **147**, **149**, **158**, **164**, **165**, **170**, **172**, **175**, **176**, **183**, **189**, **192 (derecha)**, **195**, **196**, **205**, **207**
Clara Redondo, 2022: páginas **10**, **12**, **13**, **17**, **23**, **29**, **32**, **46**, **47**, **48 (izquierda)**, **52-53**, **54**, **59**, **61**, **62**, **67**, **68**, **69**, **71 (arriba)**, **74**, **81**, **97**, **103**, **104**, **105**, **106**, **107**, **110**, **114 (arriba)**, **120**, **123**, **125**, **126**, **129**, **130**, **132**, **133**, **139**, **141**, **146**, **151**, **153**, **154**, **156**, **161**, **162**, **166**, **179**, **181**, **182**, **186**, **187**, **191**, **192 (izquierda)**, **199**, **200**, **201**, **202**, **204**

© Editorial Planeta, S. A., 2022
Lunwerg es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.
Avenida Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona
Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 17 - 28027 Madrid
lunwerg@lunwerg.com
www.lunwerg.com
www.instagram.com/lunwerg
www.facebook.com/lunwerg
www.twitter.com/Lunwerglibros

Creación y realización: Lunwerg, 2022
Edición de las fotografías: Pat Mateos
Maquillaje y peluquería: Sabela Make Up

Primera edición en libro electrónico (epub): octubre de 2022

ISBN: 978-84-19466-03-7 (epub)

Conversión a libro electrónico: Pablo Barrio

¡Encuentra aquí tu próxima lectura!

¡Síguenos en redes sociales!